№24 (357) 2018

Айболит письма

16+

В подушке таилась порча

От давления – ягоды рябины

У того, кто ест фасоль, не бывает камней

Корица согреет озябшее сердце

Айболит письма

Учредитель, издатель, редакция
ООО «Агентство «Кавказинтерпресс»
Адрес: 355002, г. Ставрополь, ул. Лермонтова, 191 б
E-mail: direktor@kavkazinterpress.ru

Генеральный директор
К. А. ВОРОБЬЕВ
Главный редактор
Г. Н. ВОРОБЬЕВА
Дизайн и верстка
А. С. ПШИКОВА

Редакция
тел. 8 (8652) 24-89-47
E-mail: kipred@kavkazinterpress.ru
Отдел подписки и распространения
тел. 8 (8652) 24-36-41
E-mail: marketing@kavkazinterpress.ru
Отдел рекламы
тел. 8-962-403-24-64, 8 (8652) 75-05-67
e-mail: reklama@aybolit.ru

Газета «Айболит. Письма» зарегистрирована Министерством Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Свидетельство о регистрации ПИ № 77–16213 от 13.10.2003 г.
Газета отпечатана в типографии ООО «Агентство «Кавказинтерпресс» (Адрес: 355000, г. Ставрополь, пр. Трудовой, 14, тел. 24-88-65).
© Перепечатка запрещена.
Цена свободная. Подписной индекс в каталоге ФГУП «Почта России» «Подписные издания» **П3422**
В издании использованы фотографии из коллекции FOTODOM.ru и сайта Depositphotos.com
Ответственность за содержание рекламы несет рекламодатель.
Дата выхода в свет 21.11.2018 г.
Подписано в печать 13.11.2018 г. в 16.00. По графику в 14.30.
Тираж **39 860** экз. Заказ № **1735**.
Сайт газеты
www.aybolit.ru

Доп. тираж обеспечивает:
ТОО «Крос-Пресс» (г.Алматы)
Общий тираж 48 760 экз.
Объем 4 п. л.
16+

Читайте в номере:

стр. 3-10, 14
Проверено на себе
- Фиалка спасает от боли в суставах
- Гипертонический криз. Как с ним бороться?
- Вино с приправами при воспалении тройничного нерва
- Капуста снимет жар с нарыва
- Золотой ус улучшит зрение
- Горячие опилки подлечат позвоночник
- Дед при раке пил чай с чагой
- Хороший рецепт от полипов в носу
- Ржаная мука от сучьего вымени
- Нанайцы фасолью лечат экзему

стр. 11
На что жалуетесь?
- Какие травы помогают при гастрите?
- Как отличить приступ панкреатита от стенокардии

стр. 12-13
Интересная личность
- О великом музыканте Ференце Листе. При диагнозе катаракта ему приходилось играть вслепую

стр. 15
Тест-диагностика
- Начинаем кашлять и чихать

стр. 16-17
Деликатная тема
- Стал в постели никакой… Ругаемся с женой…
- Прерванный половой акт – это надежно?
- Киста яичника

стр. 18
Для тех, кому за...
- Стресс добавит морщин

стр. 19
Для души и тела
- Как я боролась с прыщами. Из почты «Айболит. Письма»

стр. 20-21
За гранью
- Порча таилась в подушке
- Как в старину заговаривали рожу
- Нас помнят те, кто давно ушел

стр. 22
Житейские истории

Суперрецепты от читателей

Готовим вкусно
- Рецепты засолки сала
- Горшочки с говядиной и овощами
- Салат с брокколи «Оранжевая осень»
- Лечебное меню при цистите

стр.27-32
Сканворд, кроссворд, гороскоп, нескучная страница, анонсы

В редакцию газеты «Айболит. Письма» требуется

ПОМОЩНИК РЕДАКТОРА

Требования:
– высшее образование;
– хорошее знание русского языка;
– навыки работы с текстом и письмами;
– коммуникабельность, энергичность.

Желательно читатель «Айболита»

З/п 25000 руб.

Резюме отправлять по эл. адресу
direktor@kavkazinterpress.ru
Вопросы по телефону 8 (8652) 24-88-65

ФИАЛКА СПАСАЕТ ОТ БОЛИ В СУСТАВАХ

Хочу рассказать о народном средстве, которое помогает мне справиться с болью в суставах, а мужу избавиться от приступов подагры. Принимайте настои травы фиалки трехцветной или чай с нею. Настой: 2 ст. ложки травы настаивайте 1-2 часа в 2 стаканах кипятка и пейте по 1/2 стакана 3 раза в день до еды. Или просто заварите траву как чай и пейте с медом в течение дня.

Л. Б. Лескина, Московская обл.

НАТИРАЛ БОЛЯЧКИ КАЛИНОВЫМ СОКОМ

В детстве я страдал от экземы. Чем только меня мать ни лечила, а сухие коростины не проходили. Увидела меня как-то бабка на рынке, подошла к матери и сказала, чем лечиться надо. И рецепт-то какой простой – протирать болячки свежим калиновым соком. Сомневались мы, конечно, но решили попробовать, хуже уже не будет. Давил я ягодку и размазывал по пятнам. А потом образовался огромный нарыв. Мы его разрезали – много гноя вышло. Оказалось, это болезнь так уходит. Когда это место зажило, и экзема исчезла.

И. Л. Лысенко, Смоленская обл.

ЕЁ ПЕНСИИ ХВАТИЛО ЛИШЬ НА ТРАВЫ

Врач заставил мою знакомую Елизавету пройти диспансеризацию, что она и сделала. Анализ крови показал, что у нее повышены холестерин и свертываемость крови. Доктор назначил такие дорогие лекарства, что у женщины и всей пенсии не хватило бы. Она не стала их покупать, а пошла к травнице. Та приготовила состав: по 1 ст. ложке сухой травы шалфея и сухих листьев полыни залила 400 мл кипятка, настаивала 2 часа, процедила. Елизавета принимала настой по 3 ст. ложки за 30 минут до еды. Снадобье хранила в холодильнике. Через трое суток приготовила новую порцию. Так лечилась месяц, затем сделала перерыв и повторила лечение. Затем сдала анализы, и они показали, что благодаря полыни и шалфею кровь восстановилась.

Болит зуб? Ломтик сала положите между десной и щекой. И поспешите к врачу.

В. Н. Карпова, Чебоксары

ПОЛЫНЬ – БЕЗОПАСНОЕ СРЕДСТВО ПРИ ЯЗВЕ

У моего мужа язва двенадцатиперстной кишки. Желудок болит постоянно, и даже после курса таблеток боль вскоре возвращается. Язва – это навсегда. Даже если она зарубцуется, изжога и недомогание остаются. Вот так и у мужа – постоянно плохой аппетит, часто бывает изжога, от которой он спасается водой с содой. Но такое средство хоть и помогает, но плохо влияет на желудок. И я стала искать какое-нибудь безопасное снадобье. Знакомая посоветовала попробовать настой полыни. Я заливала 2 ст. ложки растения 1 стаканом кипятка, настаивала 20 минут и процеживала. Муж выпивал 2-3 ст. ложки настоя утром, натощак, а через 30 минут завтракал. Также пил по 2-3 ст. ложки снадобья за полчаса до еды. Скоро у мужа появился аппетит, а через некоторое время изжога и боли в желудке прекратились.

И. Н. Скорикова, Псковская обл.

Гипертонический криз...

Только давление было в норме, ну разве что слегка повышено, – и вдруг стало подниматься. Не упустите этот момент.

При этом страдают сердце, мозг... Человеку становится все хуже, требуется немедленная медицинская помощь. Признаки криза:

- сильный скачок давления, от которого самочувствие сразу ухудшается;
- резкая боль в затылочной части, боязнь яркого света и звуков;
- зрение ухудшается, предметы теряют четкие очертания, появляется рябь в глазах;
- кожа краснеет, лицо напрягается;
- при усилении головной боли могут начаться тошнота и рвота;
- человека лихорадит;
- сердце бьется быстрее, потливость и слабость, чувство страха и тревоги, руки дрожат.

Что делать? Экстренно вызывайте скорую помощь. Без квалифицированной помощи криз может грозить летальным исходом. Затем дайте больному под язык таблетку, снижающую давление. Чтобы наладить ритм дыхания, больной должен сделать несколько глубоких вдохов и выдохов. К ногам приложите горчичники или поставьте ноги больного в таз с горячей водой – это вызовет отток крови от центральных сосудов.

Г. К. Никитина, терапевт

Перед применением лекарственных препаратов получите консультацию специалиста, ознакомьтесь с инструкцией, возможными противопоказаниями.

Лук и чеснок

От простуды

ПЛЮСЫ

■ Поддерживают иммунитет, уничтожают бактерии. В день – 1/2 дольки чеснока или 1/4 луковицы.

■ Лук разжижает мокроту при кашле. На половину измельченной луковицы – 2 ст. ложки сахара, пейте сок по 1 ст. ложке после еды.

■ При насморке снижают заложенность и отек слизистой. Соком лука или чеснока закапывайте нос.

МИНУСЫ

■ Могут вызвать аллергию. Капните сок на запястье. Нет реакции – используйте.

■ Чеснок снижает свертываемость крови. Откажитесь от него при тромбозе и если пьете лекарства, разжижающие кровь.

■ Раздражают желудок и кишечник. При болезнях пищеварения прием сырого лука и чеснока ограничьте.

P. S. СОК ЛУКА ИЛИ ЧЕСНОКА ДЛЯ КАПЕЛЬ В НОС РАЗВОДИТЕ РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ 1:10, ЧТОБЫ НЕ БЫЛО ОЖОГА.

ПРИ НАСМОРКЕ ГРЕЙТЕ НОС ПШЁННОЙ КАШЕЙ

При сильном насморке мне прекрасно помогает горячая, круто сваренная пшенная каша. Заворачиваю 1 ст. ложку каши в несколько слоев марли и прикладываю такой компресс к области носа, чтобы закрыть гайморовые пазухи. Держу, пока каша не остынет. Потом смазываю носовые ходы соком чеснока, смешанным с растительным маслом (1:1). А при сильном насморке большая польза от паровых ингаляций с веточками сосны. В большую эмалированную кастрюлю кладу несколько веточек сосны, заливаю водой, кипячу. Затем с головой накрываюсь пледом и вдыхаю целебный пар 10-15 минут. При высоком артериальном давлении эта процедура противопоказана.

Т. Н. Киреева, Пензенская обл.

ВИНО С ПРИПРАВАМИ ПРИ ВОСПАЛЕНИИ ТРОЙНИЧНОГО НЕРВА

Его можно пить и от простуды. В 0,5 л сухого красного вина добавьте 1 чайн. ложку корицы, 5 плодов гвоздики, черный молотый перец на кончике ножа, 5 чайн. ложек сахара, ломтик лимона и средний лавровый листочек. Все перемешайте и поставьте на огонь. После закипания, помешивая, держите на маленьком огне 5 минут. Затем снимите с плиты, накройте плотной крышкой и настаивайте 10 минут. Принимайте этот состав по 1/2 стакана утром и вечером. Теплое снадобье пейте мелкими глотками, немного подержав во рту. Затем разжевывайте по 1 гвоздичке и проглатывайте. Приготовленной порции хватит на 5 раз. Если потребуется более длительное лечение, приготовьте новый состав.

О. М. Гвозденко, Тула

ОТВАР ЯГОД МОЖЖЕВЕЛЬНИКА ОТ ДЕПРЕССИИ СПАС...

Беру 50 г ягод можжевельника (они продаются в аптеке) и делю на 2 части. Одну часть ягод, предварительно промыв, кладу в эмалированную литровую кастрюлю и заливаю 0,5-0,6 л кипятка. Кипячу 30 минут на маленьком огне, после чего процеживаю через дуршлаг и даю отвару остыть до 40°С. Затем добавляю 1 ст. ложку меда и принимаю по 1 чайн. ложке 2-3 раза в день после еды, пока не закончится отвар. Повторить можно через 1-2 месяца. Храните в холодильнике. Этот отвар не только хорошее мочегонное средство, но

Капуста снимет жар с нарыва

Образовался нарыв? Сочный лист капусты из середины вилка мелко порубите, выложите на целлофан и потолките толкушкой, чтобы выступил сок. Разбейте на эту смесь яичный белок и вместе с целлофаном приложите к нарыву. Повязку закрепите. Сразу почувствуете облегчение. Капуста снимет боль и жар, а белок не даст ей быстро высохнуть. Если же боль вернется, значит, пора поменять повязку. И так до тех пор, пока нарыв не вскроется.

П. А. Макарова, Тульская обл.

Перед применением лекарственных препаратов получите консультацию специалиста, ознакомьтесь с инструкцией, возможными противопоказаниями.

еще он лечит душу. Испробовано на себе. У меня хроническая депрессия, и он мне здорово помогает.

З. В. Николаева, Калужская обл.

ЗОЛОТОЙ УС МЫ СЪЕЛИ ПОД КОРЕНЬ

Как-то в «Айболит. Письма» вычитала, что можно улучшить зрение с помощью золотого уса. Мы с мужем решили опробовать этот рецепт и начали… есть золотой ус. Растение у нас выросло большое, с 12 усами. В течение месяца отрывали листья, затем стебли и ели 3 раза в день за полчаса до еды. Съели под корень. Зрение у нас с мужем улучшилось, очки сняли – они теперь не нужны. Мужу 88 лет, мне 84, читаем без очков. Соседи удивляются! Наилучшими целебными свойствами обладают усы длиной 2-3 сантиметра.

Порезались? Растворите 1 чайн. ложку меда в стакане теплой воды и промойте порез.

А. П. Басенко, Ростовская обл.

ПОЗВОНОЧНИК ЛЕЧУ ГОРЯЧИМИ ОПИЛКАМИ

Уже после первой процедуры почувствовала облегчение. А всего сделала 7 процедур. Налейте в кастрюлю 1,5 л холодной воды, положите 3 горсти опилок и поставьте на огонь. Приготовьте постель – положите на кровать простыню, сверху полиэтиленовую пленку. Как только вода закипит, слейте ее в другую посуду. На полиэтилене аккуратно разложите опилки так, чтобы удобно было прогревать больное место, сверху постелите марлю. Ложитесь на горячие опилки спиной, завернитесь простыней и укройтесь одеялом. Поначалу будет немного жечь, но потом привыкнете. А слитый отвар нужно принимать по 1/2 стакана за полчаса до еды в течение суток.

О. В. Солоницкая, Ярославль

Полезно знать

● **Замучили аденоиды?** Закапывайте на ночь по 3-4 капли кипяченого подсолнечного масла (небольшой пузырек масла доведите до кипения на водяной бане). Через 2-3 недели сделайте перерыв на неделю и повторите лечение.

● **Начался понос?** Разомните пальцами 50 г мякиша свежего хлеба (любого), залейте стаканом воды и вскипятите. Съедайте по 3 ст. ложки через каждый час.

● **Суставы стали неподвижными?** Корень лопуха высушите и измельчите в порошок. Растворите 1 ст. ложку порошка в стакане холодной воды. Принимайте по 1 десертной ложке 2 раза в день за полчаса до еды.

Ищем причину

Болит правый бок со спины…

ОТДАЕТ ТО В НОГУ, ТО ПОД РЕБРА…

Чаще всего боль связана с одним из органов, расположенных справа: правая почка, печень, поджелудочная железа. Окончательный диагноз можно поставить только после обследования. И все же попробуем разобраться, о каком недуге может идти речь. В любом случае, эти боли – сигнал о сбое в организме, начале или развитии какого-нибудь заболевания.

УРОЛОГИЧЕСКИЕ НЕДУГИ

Болезни почек часто вызывают боли в правом боку со спины под ребрами. Особенно пиелонефрит и правосторонний гломерулонефрит. Это значит, что в почках идут воспалительные процессы. При остром течении болезни боль в правом боку возникает неожиданно, усиливаясь и прогрессируя. Может подняться температура, а моча изменить цвет. При пиелонефрите она становится мутной, а при гломерулонефрите – грязно-желтой с красноватым оттенком. Но иногда этот симптом отсутствует, и подтвердить заболевание можно только по анализу мочи.

Боль в правом боку со стороны спины снизу также может возникнуть, если в почках есть камни. При мочекаменной болезни в пояснице возникают тупые боли. Когда же камень выходит, боль становится сильной, приступообразной, иногда она отдает в ногу.

БОЛЕЗНИ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ

Панкреатит, или воспаление поджелудочной железы, тоже сопровождаются болью в правом боку со спины под ребрами. Часто она возникает в верхней части спины и носит опоясывающий характер. При остром панкреатите боль очень сильная, а приступ сопровождается рвотой. Иногда болезни печени проявляются тупой болью в правом боку со спины. При этом боль постоянная и одновременно ощущается в области ребер спереди.

ОПОЯСЫВАЮЩИЙ ЛИШАЙ

Это заболевание может начинаться с опоясывающих болей в правом боку со спины. Они усиливаются, человек ощущает недомогание, повышается температура. Вычислить это заболевание просто по характерной сыпи в виде пузырьков по линии пораженной области.

БОЛЕЗНИ ПОЗВОНОЧНИКА

Они тоже могут вызвать боль в правом боку со спины. Так бывает при остеохондрозе, сколиозе, появлении межпозвонковых грыж. Обычно боль постоянная, часто отдает в руку, шею и даже поясницу. Иногда о проблемах с позвоночником свидетельствуют не только боли, но и видимое невооруженным глазом неправильное положение тела, сутулость, искривления, перекосы.

К. Е. Ершова, терапевт, врач высшей категории

Перед применением лекарственных препаратов получите консультацию специалиста, ознакомьтесь с инструкцией, возможными противопоказаниями.

Чуть помедленнее, катаракта!

Смешайте мед, цветочный, светлый, с дистиллированной водой (1 часть меда на 4 части воды). Капли храните в холодильнике не больше 3 дней, затем сделайте новые. Применяйте в течение 2 недель по 1 капле в каждый глаз 5 раз в день. После того как глаза привыкнут к меду, концентрацию его с водой нужно постепенно довести до соотношения 1:1. Весь курс длится 1 месяц, затем сделайте перерыв и снова воспользуйтесь каплями. Это народное средство противопоказано при сахарном диабете и аллергии на мед.

Н. М. Насыбуллина, доктор фармацевтических наук

ВЫВОДИТЬ КАМНИ ПОМОГАЕТ СПОРЫШ

Моя бабушка пользовалась очень простым средством для измельчения и выведения камней из желчного пузыря. Заваривала 1 ст. ложку травы спорыша стаканом кипятка, настаивала час, процеживала. Принимала по 1 ст. ложке 2-3 раза в день за 30 минут до еды.

И. И. Назаренко, Кемеровская обл.

МОЙ ДЕД, ЗАБОЛЕВ РАКОМ ЛЁГКИХ, ПИЛ ЧАЙ С ЧАГОЙ

Отвар и настой чаги издавна использовали при язвенной болезни, гастрите, а также при злокачественных опухолях желудка. Установлено, что чага задерживает их развитие. В 1960-е годы мой дед, заболев раком легких, пил чай с чагой и прожил еще несколько лет.

Прошлым летом в наших лесах было много грибов. Долго бродить мне не дает больная нога, но один раз я за грибами все-таки выбрался. Кое-что набрал и нашел большую чагу. Отделил гриб от ствола березы, очистил снаружи от черного потрескавшегося слоя, а со стороны дерева – от трухлявого с прожилками слоя. Осталась темно-коричневая сердцевина – то, что нужно. Дома порубил кусок на мелкие части размером 1,5 х 2 см. В литровой банке заваривал кипятком 1-2 кусочка. Чага не пахнет, поэтому добавил немного мяты (можно душицы) и 1 чайн. ложку зеленого чая. Цвет чая с чагой – темно-коричневый, почти черный, душистый, вкусный и очень полезный. Каждую субботу после бани выпиваю целую банку.

А. Б. Фомичев, Ульяновская обл.

Сестра мучилась от полипов в носу

А помог ей избавиться от этой напасти такой рецепт. Смешивала по 1/2 ст. ложки измельченных корней лопуха и корней конского щавеля, заливала 1 стаканом горячей кипяченой воды и держала на водяной бане, помешивая, полчаса. Через 15 минут процеживала, сырье отжимала и доливала до первоначального объема кипяченой водой. Промывала отваром нос по 5-6 раз в день в течение 10 дней. В год сестра провела 6 курсов, и полипы больше не возвращались.

И. Корякина, Екатеринбург

Зачем лечить храп

Храп не только мешает окружающим. Он опасен и для храпящего, ведь в этот момент ткани горла расслабляются и блокируется дыхание.

Грудная клетка при этом продолжает совершать дыхательные движения, приток крови к сердцу увеличивается, перегружая сосуды. Это грозит инфарктом и инсультом. Из-за недостатка кислорода активнее вырабатывается мочевая кислота, вызывающая болезни суставов. Храпящий не спит глубоко, его мозг не отдыхает, отсюда хроническая усталость. Если храпите, обратитесь к сомнологу. Слабый тонус мышц глотки – одна из причин храпа. Выпейте перед сном 1/2 ст. ложки растительного масла.

В. Н. Шейкин, кардиолог, врач II категории

Перед применением лекарственных препаратов получите консультацию специалиста, ознакомьтесь с инструкцией, возможными противопоказаниями.

Рябина-целитель

ПЬЮ НАСТОЙКУ, ЧТОБЫ РАБОТАЛ КИШЕЧНИК...

У меня проблемы с кишечником, частые запоры. Помогает рябиновая настойка. Зрелые ягоды красной рябины насыпьте в банку: слой ягод, слой сахара, снова ягоды, сахар – и так доверху. Завяжите горлышко банки чистой марлей и поставьте в теплое место. Сахар должен раствориться, получится сироп. Держите банку в теплом месте 3 недели. Помните: сахар не должен забродить. Затем процедите сироп, ягоды отожмите. На 0,5 л процеженного сиропа добавьте 2 ст. ложки водки. Пейте настойку по 1 ст. ложке утром, натощак. Очищает мягко и быстро. После того как стул наладится, можно сделать перерыв. Через неделю-другую курс можно повторить.

А. Н. Суворова, Краснодарский край

ОТ ДАВЛЕНИЯ ПРОСТО ЕМ ЯГОДЫ И ВАРЕНЬЕ

Хочу рассказать, как при помощи красной рябины регулирую давление. Осенью, когда поспевают ягоды, я просто ем их свежими (по 1 ст. ложке за 15-20 минут до еды) или в виде варенья. А еще из свежих ягод отжимаю сок и принимаю по 1 ст. ложке 3 раза в день. Так лечусь свежими ягодами в течение всего сезона. А затем делаю перерыв на месяц и готовлю настои. Завариваю 3-4 веточки рябины 1 стаканом кипятка, настаиваю 2 часа. Пью настой по 1/2 стакана утром и на ночь. Или 1 ст. ложку измельченных сухих ягод засыпаю в термос и заливаю 100 мл кипятка. Настаиваю 1 час, тщательно отжимаю и принимаю перед едой. И так 3 раза в день, каждый раз готовя свежий настой.

И. В. Карнаухова, Тамбовская обл.

Напиток спасёт от цистита

Смешайте 3 чайн. ложки плодов рябины с 1 чайн. ложкой листьев брусники. Залейте смесь 0,5 л кипятка, настаивайте в теплом месте 4 часа, процедите. Пейте настой по 1/2 стакана с 1 чайн. ложкой меда 3-4 раза в день за полчаса до еды. Курс лечения – до улучшения состояния.

С. Н. Ушакова, Самарская обл.

Перед применением лекарственных препаратов получите консультацию специалиста, ознакомьтесь с инструкцией, возможными противопоказаниями.

Почему болит здоровое сердце?

О БОЛЯХ В СЕРДЦЕ, КОТОРЫЕ НЕ ИМЕЮТ НИКАКОГО ОТНОШЕНИЯ К ЭТОМУ ОРГАНУ.

Боли могут возникать из-за остеохондроза позвоночника. Этому весьма распространенному заболеванию подвержены и мужчины, и женщины, люди пожилого, среднего и даже молодого возраста.

Под остеохондрозом понимают изменения межпозвонковых дисков, возникающие с возрастом из-за обменных нарушений, чрезмерных (или, наоборот, недостаточных) физических нагрузок и многих других факторов. Межпозвонковые диски представляют собой хрящи, которые истончаются, уплотняются, в результате чего позвонки, приближаясь друг к другу, сдавливают проходящие между ними сосуды и нервы. Поэтому при остеохондрозе часто возникают онемение пальцев рук, особенно ночью, боли в области позвоночника, под лопатками, в конечностях, а также в области сердца. Обычно это боли острого, колющего, простреливающего характера. Они усиливаются при движении, наклонах туловища. Иногда удается определить точку максимальной болезненности.

Боли часто возникают после физических нагрузок, при длительном нахождении в неудобной позе, после переохлаждения, а иногда и без видимых причин. Эти боли не снимаются после приема нитроглицерина и валидола. А вот растирание мазями «Апизартрон», «Випросал», «Випраксин», сухое тепло, легкий массаж очень эффективны. При острых болях назначают противовоспалительные средства: индометацин, «Ортофен», «Вольтарен», напроксен, «Бутадион». Эти лекарства принимают после еды. Возможны побочные эффекты – головные боли и головокружения, тошнота. Эти препараты противопоказаны при язвенной болезни.

При остеохондрозе необходимо ежедневно заниматься гимнастикой для растяжения позвоночника на турнике, полезны плавание, особенно на спине, массаж, витамины, сосудистые препараты: «Ноотропил», циннаризин, «Трентал», «Стугерон».

РЖАНАЯ МУКА СПАСЛА ОТ СУЧЬЕГО ВЫМЕНИ

Ржаная мука спасла моего деда от гидраденита (сучьего вымени). Рецепт этот древний и в нашей деревне передается из поколения в поколение. Вечером перемешали ржаную муку с медом до консистенции домашней сметаны, приложили к образованию, прикрыли сверху компрессной бумагой, утеплили, зафиксировали повязкой и оставили компресс на ночь. На следующий вечер процедуру повторили. И так несколько вечеров подряд. В результате от гидраденита и следа не осталось. Больше он ни разу о себе не напоминал.

М. И. Надеждина, Иркутская обл.

При гингивите (воспаление десен) полощите рот рассолом кислой капусты.

ЗА ГРУДИНОЙ ЩЕМИТ... СТРАШНО!

При слабом сердце часто возникают боли за грудиной, которые вызывают тревогу и страх перед болезнью. Не допустить этого мне помогает замечательный рецепт. Заливаю 100 г сухой травы манжетки 1 л сухого виноградного белого вина и настаиваю в темном прохладном месте 2 недели. Время от времени встряхиваю настойку. Затем довожу до кипения и держу на маленьком огне 5 минут. Остужаю и процеживаю. Храню в холодильнике. Принимаю по 1 ст. ложке 3 раза в день до еды.

И. Н. Куликова, Самара

В горле запершило?

ЗАЛЕЙТЕ 2 СТ. ЛОЖКИ ЛИСТЬЕВ ЕЖЕВИКИ СТАКАНОМ КИПЯТКА, НАСТАИВАЙТЕ ЧАС, ПРОЦЕДИТЕ. ПОЛОЩИТЕ ГОРЛО 3-4 РАЗА В ДЕНЬ.

Перед применением лекарственных препаратов получите консультацию специалиста, ознакомьтесь с инструкцией, возможными противопоказаниями.

В чём сила бобовых

У ТОГО, КТО ЕСТ ФАСОЛЬ, НЕ БЫВАЕТ КАМНЕЙ

Давным-давно народные целители заметили, что у людей, регулярно употребляющих фасоль в пищу, редко образуются камни – почечные, печеночные, зубные. Знахари прописывали своим пациентам фасолевую диету, а также фасолевый настой. Рецепт прост. Надо залить 80 г измельченных в ступе створок фасоли 2 л холодной воды. Настаивать сутки, затем процедить и пить по 1 стакану (200 мл) 3-4 раза в день. Настой действует как мочегонное средство, рекомендуется при мочекаменной болезни и болезнях эндокринной системы.

С. Трапезникова, Алтайский край

НАНАЙЦЫ ФАСОЛЬЮ ЛЕЧИЛИ ЭКЗЕМУ

У нас в Амурской области коренные жители – нанайцы и маньчжуры – употребляют фасоль не только в пищу, но и для лечения ран, ожогов, нарывов и даже экземы. Вот два местных старинных рецепта, которые я опробовала на себе, муже и наших детях. Высушенные семена фасоли надо смолоть в мелкую муку: в ступке, миксере, кофемолке. Порошком присыпать свежие раны, ожоги, воспаленные места. Также можно посыпать участки кожи, пораженные экземой. Порошок дезинфицирует, останавливает кровь и подсушивает. От фурункулов отваренную фасоль смешивают с медом, растирают в однородную массу и придают форму лепешки. Прикладывают такую лепешку как пластырь к пораженному месту – она вытягивает гной. Особенно помогает при простудных фурункулах.

О. Грицаева, Амурская обл.

Отвар на молоке от ран и нарывов

Этот рецепт – отличное средство лечения ран и нарывов. Возьмите 400 мл молока, добавьте туда 3 ст. ложки бобов. Поставьте на маленький огонь и варите 30 минут. Вареные бобы разотрите в кашицу и прикладывайте к ранам. Это поможет им скорее затянуться.

О. В. Мухина, Кострома

Бабушкины рецепты

СТВОРКИ ФАСОЛИ ПРИ ДИАБЕТЕ

Возьмите 4 ст. ложки измельченных стручков фасоли, залейте 600 мл кипятка, прогрейте на водяной бане 15 минут. Дайте постоять в течение часа, процедите, долейте воды до первоначального объема. Пейте по стакану 3 раза в день во время еды.

А. В. Курская, Липецк

ПРИ ПОДАГРЕ И РЕВМАТИЗМЕ

Залейте 15-20 г порошка из шелухи фасоли 1 л горячей воды и варите на слабом огне 2-3 часа. Остудите и процедите. Принимайте по 3 ст. ложки 4-5 раз в сутки после еды.

Н. Н. Носова, Оренбург

Перед применением лекарственных препаратов получите консультацию специалиста, ознакомьтесь с инструкцией, возможными противопоказаниями.

На приёме у инфекциониста

Пристал, как чирей...

Главный виновник фурункулов – золотистый стафилококк. Бактерии эти живучие. Здоровый иммунитет не дает им возможности проявлять агрессию. Однако ситуация мгновенно меняется, как только в рядах защитников возникает брешь.

ВЕЗЁТ НЕ ВСЕМ

Стафилококк вызывает воспаление волосяного мешочка – фурункул зреет, накапливая гной, прорывается. При правильном лечении ранка рубцуется – и снова порядок. Но везет не всем. Сегодня у людей все чаще встречается фурункулез, то есть периодически появляется уже не один, а несколько фурункулов сразу.

В ЧЁМ ЖЕ ПРИЧИНА?

Хронические инфекции – среди них лидируют лор-проблемы: тонзиллит, синусит, гайморит. В носу и глотке проживают целые колонии стафилококков.

■ Эндокринные болезни – сахарный диабет, гипотиреоз, гормональный сдвиг.

■ Патологии и заболевания желудочно-кишечного тракта – дисбиоз микрофлоры кишечника, хронические гастродуоденит, холецистит.

■ Скрытые инфекции – цитомегаловирусная, герпес.

Есть и редкие причины. Например, железодефицитная анемия, инфекции мочевыводящих путей, аллергические заболевания, подрывающие иммунитет.

Даже если появился один фурункул, не стоит лечить его самостоятельно. Особенно если гнойник поселился на лице, в ухе, в носу – инфекция может попасть в мозг. Идти на прием лучше к хирургу, он назначит лечение: компрессы со спиртсодержащими растворами, повязки с мазями – это ускорит созревание гнойника. Кожу вокруг фурункула придется аккуратно очищать дезинфицирующими веществами. Если нарыв уже образовался, хирург вскроет его, удалит гнойный стержень. На рану наложат стерильную повязку, которую ежедневно нужно менять, пока рана не заживет полностью.

ОДИН, ВТОРОЙ, ТРЕТИЙ ЧИРЕЙ?

Что делать, если вылечили один, а вскоре появляется другой, третий чирей? Искать причину – сдавать анализы. Начать нужно с терапевта и сдать:

* общий и биохимический анализ крови, а также анализ на гормоны щитовидной железы, на уровень глюкозы в крови и исследовать гликемический профиль;

* мазок из зева – посев на флору и грибы.

Терапевт может направить к специалистам: отоларингологу, гастроэнтерологу, эндокринологу, а иногда и к иммунологу, которые назначат другие исследования. Например, отоларинголог – рентгенографию придаточных пазух носа, гастроэнтеролог – УЗИ органов брюшной полости, эндокринолог – УЗИ щитовидной железы, иммунолог – иммунологическое обследование.

ЛЕЧИТЬСЯ ИЗНУТРИ И СНАРУЖИ

От хронического фурункулеза невозможно избавиться, если заниматься только гнойниками. Надо действовать параллельно, то есть лечить основное заболевание и фурункулез. При рецидивирующем фурункулезе назначают противовоспалительные, общеукрепляющие препараты. Плюс к этому антибактериальные мази, протирания, физиотерапия.

А. Н. Глушкова, инфекционист

При фурункулёзе

КОВЫРЯТЬ, чесать и уж тем более выдавливать фурункулы нельзя – это может привести к заражению крови, а также вызвать появление новых гнойников.

НЕ стоит надевать белье и одежду из синтетики – потоотделение создает для инфекции благоприятную среду.

ОТКАЖИТЕСЬ на время от каш, картофеля, макарон. Под запретом булочки, торты, пирожные, сладости, жирное, жареное, соусы.

Перед применением лекарственных препаратов получите консультацию специалиста, ознакомьтесь с инструкцией, возможными противопоказаниями.

КАКИЕ ТРАВЫ И НАСТОЙКИ ПОМОГАЮТ ПРИ ГАСТРИТЕ?

У меня гастрит. Стараюсь не есть продукты, которые запрещены при гастрите, но все равно испытываю острые приступы боли. Принимала лекарства, которые выписал врач. Стало немного легче, но потом приступы вернулись. Какие травы, отвары и настойки помогают при гастрите?

И. Кочеткова, Брянская обл.

Выбор трав зависит от кислотности желудочно-кишечного тракта. При повышенной помогает такой сбор: смешайте по 2 части трав зверобоя, тысячелистника и цветков ромашки и 1 часть чистотела. Залейте 1 ст. ложку смеси стаканом кипятка, настаивайте 20 минут, процедите. Принимайте по 1/3 стакана 3 раза в день за 20 минут до еды. При пониженной кислотности пейте сок облепихи, капусты, картофеля, моркови по 1/3 стакана 3 раза в день.

Я ДИАБЕТИК СО СТАЖЕМ. ПРИНИМАЮ ИНСУЛИН

Пока никаких проблем у меня не возникало, но страх гипогликемии постоянный. Скажите, что делать, если это состояние все-таки наступило?

В. С. Гурьянов, Уфа

При появлении симптомов гипогликемии – резко возникающие слабость, чувство голода, дрожь, потливость, учащенное сердцебиение, нарушение зрения, мышления – нужно как можно быстрее поднять уровень глюкозы в крови. Самый простой вариант – принять 20 г углеводов в чистом виде: 4 стандартных куска (по 5 г) сахара или, что лучше, 200 мл фруктового сока (в жидком виде глюкоза усваивается быстрее). Каждому больному сахарным диабетом (особенно если он принимает инсулин) надо ежедневно носить эти продукты с собой. А от печенья, шоколадных конфет, фруктов, хлеба, которые часто ошибочно берут в качестве средства скорой помощи некоторые больные диабетом, особой пользы не будет. Такие углеводы всасываются в кровь очень медленно – через 20-30 минут.

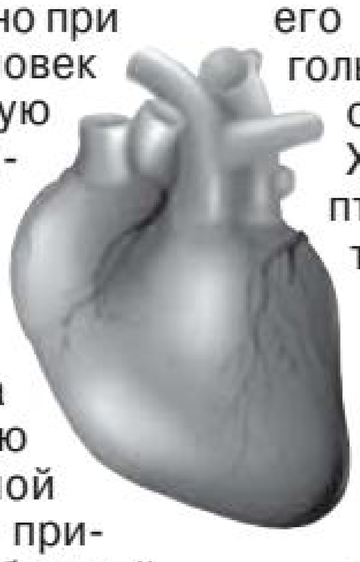
Каждому диабетику нужно носить с собой 2-3 кусочка сахара.

Панкреатит или стенокардия?

Как отличить приступ панкреатита от стенокардии?

Н. П. Захарова, Астраханская обл.

Боли и в том и в другом случае могут продолжаться часами. Обычно при панкреатите человек ощущает резкую боль в левой половине живота, под ложечкой. Но бывает и атипичное течение: когда боль отдает за грудину, в левую половину грудной клетки. Поэтому приступ панкреатита больной иногда путает с приступом стенокардии. Надо помнить, что стенокардия, как правило, развивается после физической нагрузки, а приступ панкреатита – после еды. Чаще всего его вызывают алкоголь, жирные блюда, острые приправы. Характерными симптомами панкреатита являются тошнота и рвота, причем рвота многократная, не приносящая облегчения. Изредка при панкреатите может знобить, температура повышается до 38-39°С, что редко случается при стенокардии.



Т. В. Стаценко, терапевт, врач II категории

Чувствую себя неважно из-за аритмии...

Как не допустить ее развития и к какому врачу обратиться?

А. И. Мороз, Тверская обл.

Диагностикой и лечением аритмии занимаются аритмологи и кардиологи. При необходимости больным делают УЗИ, холтеровское мониторирование. Чтобы не допустить развития аритмии, держите под контролем заболевания щитовидной железы, сердечно-сосудистой системы, своевременно лечите инфекционные заболевания, контролируйте вес и холестерин.

ЗУД ПРОШЁЛ И СНОВА ПОЯВИЛСЯ

У меня себорея. Сильно зудит голова и выпадают волосы. Дерматолог выписала «Низорал» и «Кетоплюс». Волосы перестали выпадать, зуд прошел, но через несколько дней после мытья головы снова появился. Правильное ли мне было назначено лечение?

В. Н. Архарова, Новгородская обл.

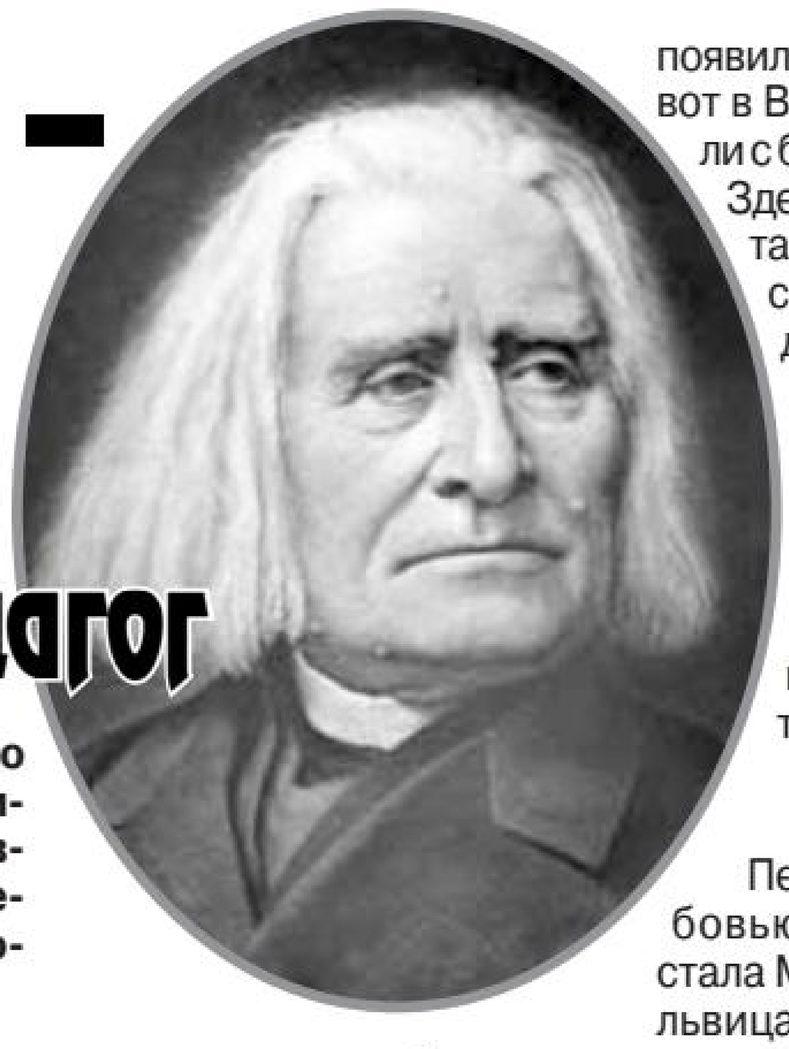
Лечение себореи без антисеборейных шампуней невозможно. Лучшие из них – «Сульсена» (не паста, а шампунь), «Себозол», «Кето-плюс». Но они не универсальны для всех. Нужно выбрать для себя оптимальный, а добиться этого можно методом проб и ошибок. Если по истечении 3-4 недель вас не устроил результат шампуня, попробуйте другой. Применяют их в виде двукратных 10-минутных аппликаций: надо нанести на 10 минут, затем смыть, снова нанести на 10 минут – смыть. Делать так дважды в неделю. Чаще мыть голову нельзя – это стимулирует железы, и проблема может вернуться. Если шампунь оказал положительный эффект, смело пользуйтесь им в течение полугода, потом сделайте перерыв.

Знаете ли вы, что...

Утром, проснувшись, выпивайте 2 стакана теплой воды. Это поможет избавиться от запоров. А еще ночью организм обезвоживается, кровь густеет, и создаются условия для повышения артериального давления. Чтобы нормализовать его, надо по утрам пить воду.

Перед применением лекарственных препаратов получите консультацию специалиста, ознакомьтесь с инструкцией, возможными противопоказаниями.

Ференц Лист – великий музыкант XIX века: композитор, пианист, дирижёр, педагог



Каждый момент жизни Ференца Листа неотделимо связан с музыкой. Он создавал абсолютно неповторимые и узнаваемые с первых нот произведения, заставляющие душу замирать и трепетать. Выходец из небольшого венгерского селения, он покорил всю Европу своим талантом и харизмой.

ИЗ БИОГРАФИИ ВЕЛИКОГО МУЗЫКАНТА

Ференц Лист был единственным сыном в семье Анны-Марии и Георга Адама Листа, смотрителя за овечьим стадом. Адам днем пас овец, а вечером играл на виолончели в княжеском оркестре и хотел, чтобы его сын занимался музыкой. Так что не случайно Ференц оказался в церковном хоре. Там же он учился играть на органе. Мальчик делал большие успехи. Уже в 8 лет он стал давать небольшие концерты в домах знатных вельмож, мгновенно завоевывая сердца слушателей. Стало ясно, что мир вскоре получит нового Моцарта.

Отец принял решение круто изменить жизнь семьи, чтобы дать сыну хорошее музыкальное образование. В 1821 году семья переехала в столицу Австрии. Талант и увлеченность музыкой помогали Листу покорять не только обывателей, но и мэтров музыкального искусства. Его взялись обучать абсолютно бесплатно Карл Черни и Антонио Сальери. Выступления Ференца становились яркими событиями. После одного из них мальчика поцеловал сам Бетховен. В 1823 г. Ференц Лист перезжает во Францию, чтобы поступить в Парижскую консерваторию. У Ференца были все шансы учиться в консерватории, но препятствием стало его происхождение – на обучение принимали только французов. Хотя он уже был удостоин чести играть для членов королевской семьи.

ДРУГАЯ ЖИЗНЬ И НОВЫЕ ЗНАКОМСТВА

Слава удивительного ребенка, одаренного невероятным талантом, росла. Но неожиданная смерть отца подкосила Ференца. Несколько лет он провел в состоянии подавленного одиночества, перестал появляться в свете и почти не выступал. В 1830 году революционные события заставили Листа очнуться. В это время рядом с ним появились личности, составлявшие цвет французской культуры того времени: Жорж Санд, Гюго, Делакруа, Бальзак. Особое влияние на становление Листа-композитора оказали Берлиоз, Шопен, Паганини. Лист много читал, ходил в театр. Но самая большая часть его души принадлежала музыке.

> В ДЕТСТВЕ, КОГДА МАЛЬЧИКА СПРАШИВАЛИ, КЕМ ОН ХОЧЕТ СТАТЬ, КОГДА ВЫРАСТЕТ, ЛИСТ ПОКАЗЫВАЛ НА ПОРТРЕТ БЕТХОВЕНА.

> ФЕРЕНЦ ЛИСТ ПОСВЯТИЛ СВОЮ ЖИЗНЬ ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО МУЗЫКЕ. ОН СЛУШАЛ ЕЕ, СОЗДАВАЛ, ИЗУЧАЛ И ОПИСЫВАЛ. А ТАКЖЕ ВСЕМУ ЭТОМУ МАСТЕРСКИ ОБУЧАЛ ДРУГИХ.

ПУТЕШЕСТВИЕ ПО ЕВРОПЕ

Наступил один из самых интересных периодов: Ференц Лист на несколько лет оставил Францию и побывал почти во всех странах. Он преподавал в консерватории в Женеве. В Италии изучал народную музыку, писал литературные очерки. Здесь же выступил с первыми сольными концертами. Лист побывал и в Российской империи. В Париже его уже не ждали. Там появились новые кумиры. А вот в Венгрии его встречали с большими почестями. Здесь гордились своими талантливым соотечественником. Часть денег, полученных от концертов, Лист пустил на создание Венгерской консерватории, чтобы дать шанс выйти в люди таким же одаренным юношам, каким когда-то был сам.

МИСТИЧЕСКАЯ ИСТОРИЯ ЛЮБВИ

Первой серьезной любовью Ференца Листа стала Мари д'Агу, светская львица, блиставшая в салонах того времени. С ней музыканта познакомила Жорж Санд. Мари писала любовные романы. Кстати, она сопровождала композитора в его путешествии по Европе. В течение нескольких лет совместной жизни у Мари и Ференца родилось трое детей – две девочки и мальчик. Однако Мари не смогла выдержать образа жизни, который вел ее супруг. Ей, как и любой женщине, хотелось иметь собственный постоянный дом, осесть где-то, а не переезжать с места на место. И она вернулась к матери вместе с детьми.

Ференц был одинок. Он полностью посвятил себя музыке. Давая концерты в Киеве, он узнал, что некая дама заплатила за билет 100 рублей вместо одного, и захотел познакомиться с щедрой незнакомкой. Ею оказалась Каролина Винтгенштейн. Супруга почтенного князя была поклонницей творчества Листа, посещала все его концерты. Ее обожание растопило сердце музыканта. Супруг Каролины не давал ей развода. Тогда влюбленные

Перед применением лекарственных препаратов получите консультацию специалиста, ознакомьтесь с инструкцией, возможными противопоказаниями.

стали жить гражданским браком. Пытаясь обвенчаться, они обращались даже к самому Папе Римскому, но всегда натыкались на непробиваемую стену. В венчании им отказали. Каролина посчитала, что их отношениям противится сам Господь. Влюбленные расстались и общались по переписке. Письма были нежными, полными благодарности друг другу за счастливые годы. Благодаря этой любви Лист создал множество прекрасных произведений. Они проникнуты романтическими мотивами и по сей день находят отклик в сердцах влюбленных.

ОТКУДА ЛИСТ ЧЕРПАЛ ВДОХНОВЕНИЕ?

У своих знаменитых современников. Бетховену Лист буквально поклонялся, от этого композитора он взял драматическую напряженность и героику своих произведений. Яркость эмоций и красок – от Берлиоза, а от Паганини – виртуозную сложность и мистический демонизм. Поэтому музыка Листа невероятно яркая и противоречивая, чувственная и страстная, надрывная и глубокая.

Ференц Лист создал 300 переложений великих произведений для фортепиано, более 60 шедевров для оркестрового исполнения. Из-под пера Листа вышли целые программы для фортепианных концертов, симфонии, симфонические поэмы. Наиболее известный шедевр Листа – его «Венгерские рапсодии», в основе которых лежат цыганские мотивы.

ЗРЕНИЕ СТАЛО РЕЗКО ПАДАТЬ

Музыкант никогда не жаловался на здоровье и впервые обратился к врачу в возрасте 69 лет – появилась одышка, стало тяжело ходить. Ему поставили диагноз водянка и застой в легких и назначили лечение – регулярный моцион и диету. Рекомендовали также попить минеральной воды на курорте. Вместо этого композитор решил поехать в очередное турне. Из-за возрастной дальнозоркости Лист привык играть на рояле, не заглядывая в ноты. Поэтому ни ухудшение зрения, ни появившаяся позднее катаракта не мешали ему концертировать. На сцену его выводили за руку, а в жизни он пользовался сильными очками.

> РУКИ КОМПОЗИТОРА БЫЛИ СЛОВНО СОЗДАНЫ ДЛЯ ФОРТЕПИАНО. ЕГО КИСТЬ ИМЕЛА БОЛЬШУЮ РАСТЯЖКУ. ОН МОГ БРАТЬ ПРАКТИЧЕСКИ ДВЕ ОКТАВЫ, ПОЭТОМУ ИГРАЛ ВИРТУОЗНО.

Но к врачу все же пришлось обратиться из-за плохого зрения. Пусть он и умел играть вслепую, но ноты читать иногда было надо. Известный немецкий офтальмолог Альберт Грефе поставил диагноз катаракта. На правом глазу пока только начальные признаки, на левом – уже вполне сформировавшаяся.

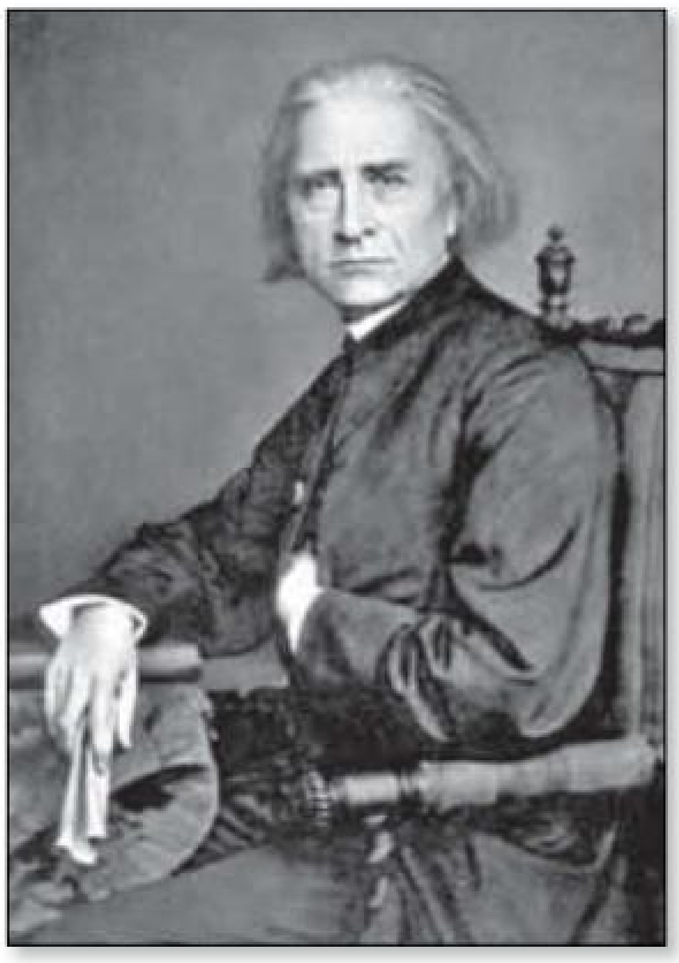
Странно, но именитого пациента доктор стал отговаривать от операции, хотя в то время их уже неплохо научились делать. А Лист был настроен на лечение. Вместо этого музыканту посоветовали несколько раз в день надевать очки фиолетового цвета и закапывать в глаза капли. Запретили смотреть на огонь и солнце. Однако зрение стало стремительно падать. Дошло до того, что Лист не мог даже есть без посторонней помощи. К катаракте присоединился блефарит (воспаление ресничной кромки век). Глаза были постоянно красными, текли слезы, особенно когда музыкант курил. Офтальмолог посоветовал бросить курить, чего Лист делать не стал. Другие глазные капли, выписанные Грефе, тоже не помогли.

> ФЕРЕНЦ ЛИСТ НАСТОЛЬКО СИЛЬНО ПОДДАВАЛСЯ ЭМОЦИЯМ ВО ВРЕМЯ ИСПОЛНЕНИЯ ПРОИЗВЕДЕНИЙ, ЧТО МОГ СЛОМАТЬ ИНСТРУМЕНТ: НЕ ВЫДЕРЖИВАЛИ СТРУНЫ И МОЛОТОЧКИ.

К началу 1886 года стало понятно, что требуется операция. Ее наметили на сентябрь, а Лист запланировал большое турне, поэтому отказался от хирургического вмешательства. Ни друзья, ни родные не смогли уговорить музыканта. В июле того же года Ференц Лист скончался, возможно, из-за той легочно-сердечной патологии, для лечения которой самый первый доктор отправлял его на воды.

P. S. Блефарит успешно, хоть и длительно, лечат антибиотиками (в виде глазных капель и мази). Катаракту легко удаляют хирурги, помутневший хрусталик заменяют искусственной линзой. Операция проводится под местной анестезией.

Манера выступления маэстро была уникальной. Лист любил играть на сцене на нескольких инструментах, переходя к ним по очереди во время концерта. Именно такую сцену наблюдали зрители в Петербурге, в зале Дворянского собрания.



Фильмы, в которых звучит музыка Ференца Листа

«Грезы любви» – в сериалах «Вражда» (2017) и «Мерли» (2016), в кинофильмах «Профессор Норман Корнетт» (2009) и «Коты» (2001).

«Венгерская рапсодия №2» – в кинофильмах «Флоренс Фостер Дженкинс» (2016), «Блеск» (1996), «Республика» (2010), «Мажестик» (2001), в мультфильмах «Том и Джерри» и «Багз Банни».

«Фауст-симфония» – в кинофильмах «Нодамэ Кантабиле» (2010), «Майерлинг» (2010), «Блок» (2009), «Метаморфозы: за экраном дверь» (1997).

Концерт для фортепиано №1 – в фильме «Возмущение» (2016).

«Утешение №3» – в фильмах «Один день» (2010) и «Время и город» (2008).

Перед применением лекарственных препаратов получите консультацию специалиста, ознакомьтесь с инструкцией, возможными противопоказаниями.

Чистим печень и желчный + пузырь

ЭТО СРЕДСТВО НЕ ТОЛЬКО ЧИСТИТ ПЕЧЕНЬ, НО И ПОМОГАЕТ ПРИ ЗАПОРАХ

Хочу поделиться рецептом, который не только чистит печень, но и помогает мне при запорах. Заливаю 200 г изюма 2 л воды и довожу до кипения. Добавляю 1 пачку травы сенны и держу на маленьком огне 30 минут. Отвар процеживаю, остужаю и добавляю 100 г холосаса. Получается примерно 1,5 л смеси. Принимаю по 1 стакану на ночь (можно по 1/2 стакана днем). Мне помогает.

В. А. Степанова, Ростовская обл.

В возрасте от 3 до 8 лет человек видит больше кошмаров, чем за всю жизнь.

ХРОНИЧЕСКИЙ ГЕПАТИТ ВЫЛЕЧИЛ ЛИСТЬЯМИ ХРЕНА

В июне нарвал листьев хрена, набил ими 3-литровую банку, залил доверху водкой, закрыл крышкой и настаивал неделю. Процедил и принимал по 1 чайн. ложке, смешивая с 1/4 стакана теплой воды, 3 раза в день за 20-30 минут до еды. Лечился, пока не закончилась настойка. Перед тем как выпить настойку, брал в рот 7-8 зерен расторопши, хорошо прожевывал и проглатывал. Вместо расторопши можно принимать пергу (продукт пчеловодства) по 1/3 чайн. ложки 3 раза в день за полчаса до еды, запивая настойкой хрена.

О. В. Воскобойников, Краснодарский край

ВЕТОЧКИ МАЛИНЫ И СЛИВЫ СУШУ И ИЗМЕЛЬЧАЮ

Проблемы с печенью у меня давно. Хочу поделиться рецептом, который помогает мне улучшить работу печени. Может, пригодится кому-то еще. Аптечные лекарства дорогие, а мой рецепт прост и доступен каждому. Заготавливаю ранней весной почки и молодые веточки сливы и малины вместе с листочками и хорошенько их сушу и измельчаю. Заливаю 1 ст. ложку смеси 0,5 л крутого кипятка, настаиваю полчаса. Принимаю по 1/3 стакана 3 раза в день за полчаса до еды. Курс лечения – 26 дней. Через 3 месяца лечение повторяю. При правильном режиме питания печень будет работать как часы. А от курения и спиртных напитков надо отказаться раз и навсегда.

О. В. Толстопятов, Пермский край

Длина кровеносных сосудов в организме человека 100000 км.

Я открыла для себя целебные свойства цикория

У меня стала побаливать печень, поскольку приходится постоянно принимать лекарства. Стараюсь соблюдать диету, пью травяные сборы – и боли уходят на продолжительное время. Открыла для себя, что настой корня цикория хорошо растворяет и удаляет камни, помогает справиться с запорами и головными болями. Завариваю 1 чайн. ложку молодого корня цикория 200 мл кипятка. Когда остынет, можно добавить по вкусу мед (но не сахар и не варенье). Пью настой 2-3 раза в день вместо чая через 10-15 минут после еды. Также помогают одуванчик и мята. Беру сухие листья и корни одуванчика и листья мяты, измельчаю в порошок. Заливаю 1 чайн. ложку сырья 1 л крутого кипятка. Когда остынет, процеживаю и выпиваю за 4 приема в течение дня после еды. Можно добавить немного меда.

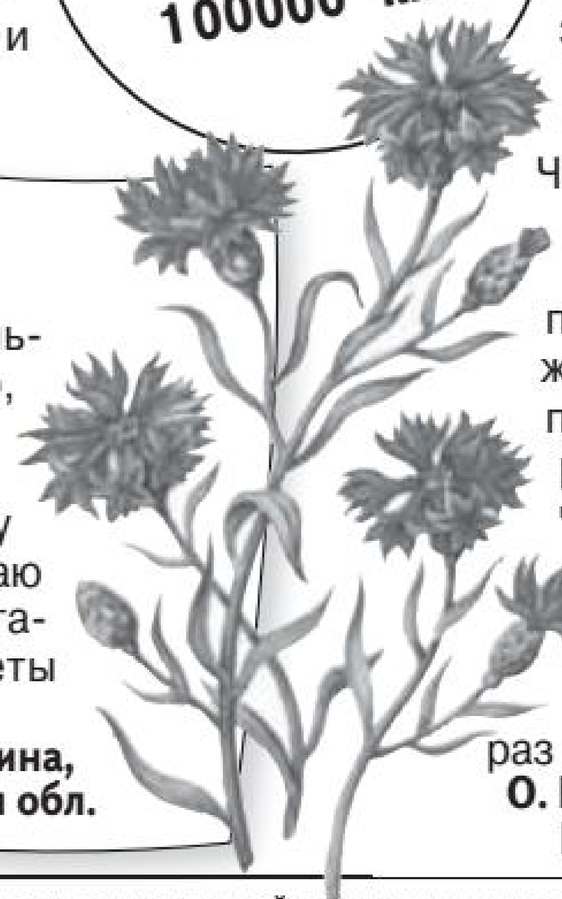
Ну и куда же при заболеваниях печени без расторопши! Она улучшает пищеварение и предотвращает скопление токсинов. Я принимаю по 1 капсуле 3 раза в день после еды или завариваю семена и траву растения из расчета 1 ст. ложка на 25 мл крутого кипятка. Еще я регулярно пью белый чай, который хорошо чистит кровь при всех заболеваниях печени. В нем больше антиоксидантов, чем в зеленом чае. Цвет при заварке 1 чайн. ложки на стакан воды очень светлый, слегка серебристый.

Н. А. Субботина, Кировская обл.

Настой васильков полезен для печени

Это растение издавна используют как мочегонное средство, а я пью настой для профилактики заболеваний печени и желчного пузыря. Заливаю 1 ст. ложку лепестков василька стаканом кипятка, даю настояться, процеживаю и пью по 1/4 стакана 3 раза в день до еды. Также цветы василька синего добавляю в чай.

О. М. Чащина, Рязанская обл.



Перед применением лекарственных препаратов получите консультацию специалиста, ознакомьтесь с инструкцией, возможными противопоказаниями.

Простудились?

ЗАЛЕЙТЕ 2 ст. ложки измельченного корня имбиря 3 стаканами кипятка, настаивайте 10 минут, добавьте 3 ст. ложки меда. Выпейте перед сном, чтобы хорошенько пропотеть.

ОТ БРОНХИТА. В стакан молока добавьте 1 ст. ложку листьев шалфея, доведите до кипения, дайте настояться, процедите и пейте теплым перед сном в течение 3-4 недель.

Сезонные проблемы

Начинаем чихать и кашлять

НАСКОЛЬКО ВАШ ОРГАНИЗМ ГОТОВ ПРОТИВОСТОЯТЬ ПРОСТУДЕ.

1. Утром вы просыпаетесь с большим трудом.
а) да; б) нет.

2. Лучше лишние пять минут понежиться в постели, чем принять контрастный душ.
а) да; б) нет.

3. Вы спите 6-7 часов в сутки.
а) нет; б) да.

4. Часто возникают проблемы с засыпанием.
а) да; б) нет.

5. У вас сидячая работа.
а) да; б) нет.

6. Регулярно делаете зарядку и (или) посещаете тренажерный зал.
а) нет; б) да.

7. Редко бываете на свежем воздухе.
а) да; б) нет.

8. Случается головокружение и (или) беспокоят головные боли.
а) да; б) нет.

9. Иногда ощущаете внезапную усталость, хотя не переутомились.
а) да; б) нет.

10. Редко бываете в стрессовом состоянии.
а) нет; б) да.

11. Вам обычно хватает времени на то, чтобы отдохнуть после трудового дня.
а) нет; б) да.

12. Принимаете контрастный душ по утрам.
а) нет; б) да.

13. Вы курите.
а) да; б) нет.

14. В вашем меню всегда присутствуют овощи и фрукты.
а) нет; б) да.

15. Вы стараетесь правильно питаться.
а) нет; б) да.

16. Ваш вес в пределах нормы.
а) нет; б) да.

17. Стало возникать сильное сердцебиение без видимых причин.
а) да; б) нет.

Пропал голос? Залейте 1 ст. ложку цветов медуницы 1 стаканом воды, настаивайте полчаса и полощите горло как можно чаще.

18. Страдаете заболеваниями.
а) да; б) нет.

19. Стали раздражительны. То, что совсем недавно поднимало настроение, уже не радует.
а) да; б) нет.

20. На улице, несмотря на теплую одежду и обувь, у вас быстро начинают мерзнуть руки и (или) ноги.
а) да; б) нет.

Подведём итоги

За каждый ответ «а» начисляйте себе 2 балла, за ответ «б» баллы не начисляются.

0-10 баллов. Ваш организм справится со всеми испытаниями. И все же не переохлаждайтесь.

12-24 балла. Вы не заботитесь о своем здоровье. Пейте чай с калиной, шиповником, облепихой, лимоном, клюквой. Ешьте лук и чеснок.

26-40 баллов. Старайтесь больше двигаться. Утро начинайте с зарядки. Обходите стрессовые ситуации. Растирайте массажной щеткой (или жестким полотенцем) ступни и кисти, особенно перед прогулками. Это улучшит кровообращение и поможет легче переносить холод.

Перед применением лекарственных препаратов получите консультацию специалиста, ознакомьтесь с инструкцией, возможными противопоказаниями.

ПИЩУ, КАК ДЕВОЧКА! В 25 ЛЕТ ЭТО СМЕШНО...

У меня слишком высокий голос. Не разговариваю, а пищу, как девочка! В мои 25 лет это выглядит смешно. Я очень стесняюсь, особенно когда общаюсь с мужчинами. Подруга посоветовала начать курить, чтобы «посадить» голос. Попробовала, выкуривала почти пачку в день, аж самой противно, а голос по-прежнему писклявый. Что делать?

Татьяна, Челябинск

Ничего не делать! И уж тем более не курить, тем более даже «самой противно». Тембр голоса – ваша индивидуальность, переделывать ее не имеет смысла. Откроем маленький секрет: для многих мужчин именно высокий голос женщины является сильным сексуальным стимулятором, воздействующим на инстинкт. Поэтому ваша главная задача – изменить не голос, а свое отношение к нему. Отбросьте ложную застенчивость и пищите себе на здоровье!

ПРЕРВАННЫЙ ПОЛОВОЙ АКТ – ЭТО НАДЁЖНО?

Мы с женой предохраняемся с помощью прерванного полового акта. Насколько этот метод надежен? Какова вероятность случайной беременности?

Артем, Краснодар

По статистике, беременность наступает в трех из десяти случаев, то есть с вероятностью 30%. Дело в том, что сперматозоиды содержатся не только в эякуляте, но и в капле мужской смазки, выделяемой в ходе полового акта. Даже если мужчина держит процесс под контролем и вовремя прерывается, нет никакой гарантии, что какое-то количество сперматозоидов уже не проникло во влагалище. А для беременности, как известно, достаточно одного-единственного!

Стал в постели никакой... Ругаемся с женой...

Она у меня какая-то безалаберная. И меня это раздражает, выводит из себя, в постели стал никакой... Например, ее привычка болтать по телефону 2 часа кряду. Ну ладно бы болтала, когда меня дома нет. А то ведь прихожу с работы – она даже не встречает, с подружками треплется. Нет чтобы ужином мужа накормить! Сам иду на кухню, разогреваю, ужинаю – она все болтает. Ну сколько можно?! А если замечание сделаю – обижается. Вот и нервничаю. Вот еще пример. Поехала к маме, два дня ее нет. Я знаю, что не гуляет, но все же. Звоню теще. И выясняется, что женушка вчера домой уехала. Но дома ее нет! Оказывается, заехала к подруге и зависла там. Нет чтобы позвонить хотя бы, предупредить. С подругами целыми днями на телефоне висит, а мужу позвонить – у нее времени нет! Ну я и психанул, давление опять подскочило...

Олег, Уфа

Ваша жена, конечно, не права. В ее же интересах беречь здоровье мужа. Объясните ей это. А вам совет: подберите с помощью врача препарат от давления и не забывайте следить за уровнем сахара. И не надо стремиться к увеличению интенсивности половой жизни. Она у вас и так нормальная. Как говорится, лучшее – враг хорошего!

ИЗ ГРУДИ ВЫДЕЛЯЕТСЯ КАПЕЛЬКА...

Мой муж во время близости сильно тискает мою грудь. В последнее время заметила, что из сосков иногда выделяются капельки какой-то жидкости. Что это?

Полина, Московская обл.

После завершения полового развития никаких выделений из молочной железы быть не должно. «Капелька жидкости» может быть признаком одного из двух – беременности или воспаления. В любом случае проконсультируйтесь с врачом-маммологом. А своему мужу объясните, что женская грудь – не тренажер, с ней надо обращаться нежно и бережно.

Для вас, мадам

При скудных менструациях. С 1 кг репчатого лука снимите шелуху. Залейте ее 2 стаканами крутого кипятка и варите на медленном огне 15-20 минут. Дайте остыть и процедите. Принимайте утром, натощак, по 1/2 стакана в течение 2 недель.

Перед применением лекарственных препаратов получите консультацию специалиста, ознакомьтесь с инструкцией, возможными противопоказаниями.

Авторитеты дают советы

Киста яичника

Она никак себя не проявляет. Ее обнаруживают случайно во время УЗИ. У других она вызывает резкую боль внизу живота при половом акте или физической нагрузке, частое мочеиспускание, тошноту, рвоту, тахикардию, высокую температуру (38-39°С) и набор веса.

ЧТО ПРОВОЦИРУЕТ БОЛЕЗНЬ

Киста яичника – доброкачественное образование, заполненное жидкостью. На менструальный цикл киста не всегда влияет. Ее обнаруживают у каждой третьей женщины с регулярными месячными и у каждой второй с нарушениями цикла. После менопаузы развитие кисты маловероятно.

Спровоцировать ее развитие может несколько факторов: ритм жизни, режим питания, условия работы. Все, что сказывается на работе эндокринной системы, также может привести к появлению кисты яичника. Только своевременное обращение к гинекологу поможет избавиться от кисты без последствий.

Возможны осложнения заболевания. К ним относятся:

■ перекрут ножки кисты. Это происходит при резких движениях или быстрой смене положения тела. Состояние женщины стремительно ухудшается, кожа и слизистые бледнеют, появляются резкие боли в животе, снижается давление и повышается температура;

■ разрыв кисты. Может произойти при механической травме. Из-за внутреннего кровотечения падает артериальное давление, перед глазами мелькают мушки, кружится голова, появляется тошнота, острые боли в животе, отдающие в прямую кишку;

■ нагноение. В этом случае повышается температура, появляются боли внизу живота, похожие на боли при остром аднексите. Гнойник может спаиваться с соседними органами или прорываться в мочевой пузырь или прямую кишку, образуя свищи;

■ озлокачествление – самое опасное осложнение кисты яичника.

ДИАГНОСТИКА

Первый этап диагностики – это гинекологический осмотр. Если врач подозревает у пациентки кисту яичника, он отправляет ее на УЗИ, дает направление на общий анализ мочи и крови, лапароскопию кисты, морфологические исследование тканей яичника, кольпоскопию, компьютерную томографию (КТ) и делает тест на беременность.

Самый информативный метод – УЗИ органов малого таза. Общий и биохимический анализы крови и общий анализ мочи делают, чтобы выявить воспаление. Лапароскопию кисты яичника назначают при подозрении на ее разрыв или перекрут ножки. Эта манипуляция позволяет провести не только диагностику состояния, но и при необходимости сразу же удалить кисту. Проводится под общим наркозом. Томографию делают для того, чтобы отличить кисту яичника от других новообразований. Тест на беременность поможет исключить внематочную беременность.

ЛЕЧЕНИЕ

В зависимости от сложности, размеров и вида кисты лечение может быть медикаментозным или хирургическим. В первом случае врач назначает оральные контрацептивы, витамины А, Е, С, B_1, B_6, К. Пациенткам с лишним весом назначают диетотерапию, бальнеотерапию и лечебную физкультуру. Если же такое лечение не помогает, необходима операция. Ее проводят под наркозом через небольшие (до 1,5 см) разрезы на коже. Брюшная полость наполняется газом. Через отверстия вводятся инструменты и камера. Удаляется киста бережно, чтобы не вскрылось содержимое. После операции проводится гистологическое исследование кисты. Обычно пациентку выписывают на 2-3-й день после операции.

ПРОФИЛАКТИКА

Чтобы выявить изменения в яичниках на ранней стадии, необходимо:

■ следить за гормональным фоном, вовремя устранять нарушения работы эндокринной системы;

■ тщательно подбирать контрацептивы, чтобы избежать абортов;

■ регулярно посещать гинеколога;

■ избегать беспорядочных половых связей и предохраняться от инфекций, передающихся половым путем.

Женщинам в постклимактерический период, чтобы не допустить перерождения кист в злокачественную опухоль, в плановом порядке удаляют яичники.

И. С. Гуменева, гинеколог, врач высшей категории

Перед применением лекарственных препаратов получите консультацию специалиста, ознакомьтесь с инструкцией, возможными противопоказаниями.

Стресс добавит морщин

Старение кожи напрямую связано со стрессом. Он – причина многих дерматологических заболеваний. Если стресс затягивается, кожа теряет эластичность.

НЕ ВАЖНО, ЧТО ВАС ЗАСТАВИЛО НЕРВНИЧАТЬ

Сломанный каблук, из-за которого вы опоздали на важную встречу, или здоровье близкого человека... Важно то, как долго вы будете копить в себе стресс, а вместе с ним и гормон кортизол. Он главный виновник проблем с сердцем, снижения иммунитета, увеличения аппетита и сухости кожи. К счастью, этот процесс обратимый.

КАЖДЫЙ ДЕНЬ ВЫДЕЛЯЙТЕ ВРЕМЯ ДЛЯ СЕБЯ

Днем делайте перерывы. Снимите обувь (если есть возможность), закройте глаза и в течение минуты глубоко подышите. Это поможет расслабиться и поменять направление мыслей.

■ БАНЯ, УТРЕННЯЯ ПРОБЕЖКА, РАЗГРУЗОЧНЫЙ ДЕНЬ, СЕКС БЛАГОПРИЯТНО ВЛИЯЮТ НА ОРГАНИЗМ.

■ СТРЕСС МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К ПРЕЖДЕВРЕМЕННЫМ МОРЩИНАМ, ГЛУБОКИМ СКЛАДКАМ У РТА, ТУСКЛОСТИ КОЖИ, ЦЕЛЛЮЛИТУ, ЛИШНЕМУ ВЕСУ И ВЫПАДЕНИЮ ВОЛОС.

ОТЛОЖИТЕ ТЕЛЕФОН...

За полчаса до сна прекратите разговоры по телефону, выключите телевизор и компьютер. Даже милая переписка в соцсетях способна нарушить сон, а значит, навредить коже. Купите «сонную маску» на глаза.

КАК ЗАЩИТИТЬ КОЖУ ОТ СТРЕССА

Научитесь правильно и глубоко дышать. Упражнения по дыхательной гимнастике легко найти в разных источниках. Вот самое простое: глубоко вдыхайте носом в течение 2 секунд (произнесите про себя «раз-два» или сделайте два шага во время движения), затем на 2 секунды задержите дыхание и выдыхайте носом в течение 4 секунд.

Проверено на себе

Прыщи – моя главная проблема с 14 лет

Они не уходили с моего лица. Перепробовала все методы борьбы с акне, но желаемого эффекта они не приносили.

Обследовалась у гинеколога, гастроэнтеролога – все в порядке. Отправилась к дерматологу, но он удивленно разводил руками, хмурил брови и назначал курс процедур. Спустя пару месяцев мой кошелек худел, полка в ванной ломилась от «чудодейственных» баночек, а на лице все так же красовались воспаления.

В итоге я обратилась в частный медицинский центр, где мне при первой встрече сказали: «Готовься к долгой работе, если хочешь увидеть результат. С сегодняшнего дня ты больше не пользуешься тональным кремом». Последняя фраза показалась мне почти приговором. Даже в страшном сне не могла представить, что выйду из дома с незакрашенными болячками. Оказалось, что плотный тон образует на лице идеальную среду для воспалений.

Мою кровь исследовали на наличие вирусов, инфекций, бактерий, реакцию на аллергены, общее состояние иммунитета и гормоны. В следующие две недели, пока ждала результатов, дома пользовалась аптечными средствами: левомицетиновым и салициловым спиртовыми растворами. В общем, училась жить без макияжа. Воспаления подсушивались и превращались в шелушения.

Когда пришли анализы, выяснилось, что главная причина моих бед – ослабленный иммунитет и неправильное питание. А я была уверена, что мой рацион – пример для подражания: на завтрак – овсянка на воде и чашка кофе с молоком, на обед – рыба с рисом и овощами. Ужинала я обычно творогом или стаканом кефира, если на следующий день планировала надеть обтягивающее платье. Как выяснилось, организм наотрез отказывается принимать коровье молоко и все продукты, содержащие глютен (большинство круп, макаронные изделия), а также красную рыбу. Зато можно и нужно было есть мясо – любое. А я отказалась от него почти пять лет назад. Пришлось полностью пересмотреть питание. В моем холодильнике появились козий сыр и соевый напиток – его добавляю в кофе. Найти безглютеновые крупы не так уж трудно. А мучное и сладкое я и раньше позволяла себе редко.

Лосьон для увядающей кожи лица. В стакан воды влейте 1 ст. ложку сока айвы, по 1 чайн. ложке глицерина и одеколона.

Через несколько недель лицо сияло, кожа как будто разгладилась. Конечно, не обошлось без специальных процедур типа пилинга, масок.

Т. М. Иванова,
Московская обл.

Главное, что хотела сказать в своем письме: не лечите прыщи снаружи. Они лишь сигнал о том, что организму что-то не нравится. Прислушайтесь к нему, изучите свой рацион и выясните, какую еду он любит, а какую нет. Причина многолетней проблемы может быть пустяковая.

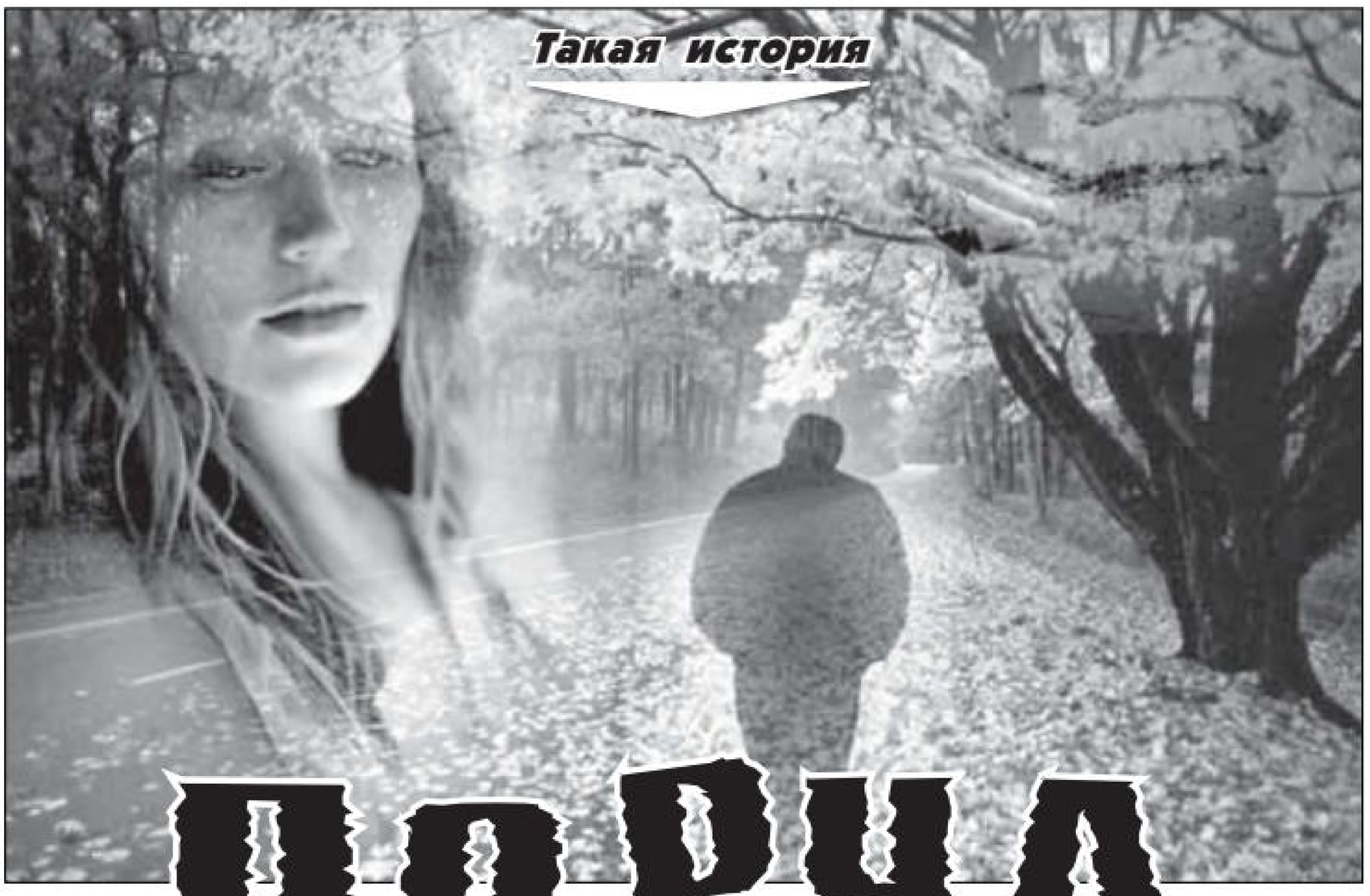
Намотай на ус

ХОТИТЕ ПОХУДЕТЬ?

В дополнение к физическим упражнениям больше времени проводите на улице в холодное время года. Установлено: после 6-часового пребывания на улице зимой в течение 10 дней сжигается плотный бурый жир, улучшается теплорегуляция организма. При этом человек чувствует себя гораздо комфортнее.

ДО «ИСКОРОК» В НОГАХ

Непрерывная ходьба, например, в течение часа, – хорошая нагрузка. Потом, когда садишься отдохнуть, чувствуешь «искорки в ногах». Ноги становятся горячими, буквально ощущаешь, как кровь бежит по жилам. Это говорит о том, что работают мышцы, идет активно насыщение крови кислородом.



ПОРЧА таилась в подушке

В наш леспромхоз на работу приезжало много молодежи. Игрались свадьбы, в поселках открывались школы, медпункты. В начальную школу тоже приехала молоденькая голубоглазая учительница.

На нее сразу положил глаз бригадир плотников. Иван, крепкий и симпатичный парень, был первым женихом в округе, но ни одна местная девушка не трогала его сердца. А вот Алена покорила сразу своей тихой, неброской красотой. Любовь оказалась взаимной. Люди любовались молодой парой и поговаривали, что ждать свадьбы долго не придется.

К Новому году бригада помогла Ивану отстроить дом, и молодые справили шумную свадьбу. Гуляли всем поселком. Молодоженам подарили нехитрую мебель и домашний скарб. В честь молодых звучали здравицы. Но зима в леспромхозе – пора заготовки леса. С весны и до осени в лесу особо не поработаешь, заедает гнус и комар. Даже лошади падают от укусов. Да и энцефалитный клещ не спит. Через две недели после свадьбы Иван отправился на лесозаготовки, пообещав молодой жене наведаться домой при первой же возможности.

Прошел месяц после отъезда мужа. Алена все это время обустраивала дом, шила занавески, постельное белье. В заботах не так тоскливо было длинными зимними вечерами.

Но вдруг стала подмечать, что день ото дня силы у нее куда-то уходят, начала кружиться голова, под глазами появилась синева. Однажды, возвращаясь из школы, Алена почувствовала резкую слабость. Присела на скамеечку – вроде бы стало полегче. Поспешила к дому, но, не дойдя несколько метров, рухнула как подкошенная. Испуганные соседки подскочили к Алене, занесли в дом и послали за фельдшерицей. А в ожидании доктора бабы судачили между собой:

– Аленка, наверное, зачала... Плохо ходит, совсем исхудала...

Фельдшерица, поговорив с очнувшейся Аленой, измерила температуру, осмотрела ее, поставила предположительный диагноз – анемия. Назначив усиленное питание и постельный режим, попрощалась. Пообещала через недельку навестить больную.

Прошла неделя. Алена через силу ела и... таяла, как свечка. А в скорости так ослабла, что перестала подниматься. Все усилия фельдшерицы не приносили облегчения. Срочно послали за мужем. Он был потрясен, увидев, что стало с его Аленой. Бледная, исхудавшая, с ввалившимися глазами... Он прижал к себе жену, печально уткнулся в ее волосы и тихо заплакал.

Алена смотрела на мужа. Потом тихо прикрыла глаза... Жизнь покидала ее. Сознание угасало. И только иногда откуда-то из темноты возникал образ маленькой девочки на огромном цветущем лугу, над которым сгущался туман, переходящий в легкие серебристые облака. Среди них кружили белоснежные голуби, похожие на ангелов. А потом не стало ни голубого неба, ни цветов, ни окружающих ее людей. Осталось только прошлое...

После похорон по поселку пошел слушок: мол, кто-то из местных девиц, влюбленных в Ивана, в отместку навел на Алену смертельную порчу. Слух креп день ото дня. Наконец, бабы решили обыскать дом, чтобы найти доказательство своих догадок. Иван не возражал. В новом доме потаенных уголков было мало, и за час усиленных поисков бабы ничего не нашли. Оставалась одна постель. Подняли простыни, матрас, но и здесь ничего подозрительного. И тут одна из женщин взглянула на сундук. В него сложили подушки, которые кто-то преподнес молодым на свадьбу. Она вспомнила историю, рассказанную ее матерью.

В старину, чтобы нагнать порчу на соперницу, в подарок на свадьбу дарили подушки, а в них вкладывали куклу, сделанную из пера. На куклу наговаривали порчу. Расстелили на полу простыню, вспороли подушки, в том числе и ту, на которой лежала Алена. Вытряхнули перья... Перья зашевелились. Из них стали выползать огромные, толщиной с палец и длиной от 5 до 10 см, белые черви. Как маленькие змеи, они расползались по комнате. Бабы в ужасе кинулись давить их ногами. Под мягкими валенками они лопались, разбрызгивая желтовато-зеленоватую слизь. Когда с возмездием было покончено, бабы насчитали более двадцати червей. Как они оказались в подушках, так никто и не понял...

А. Н. Гражданкина,
Ульяновская обл.

ПИШУ, КАК В СТАРИНУ ЗАГОВАРИВАЛИ РОЖУ

Сначала нужно читать «Отче наш». Затем проговорить такие слова: «Шла Христова Матерь, встретили ее три брата, стали вопрошать:

– Где идешь, Христова Мать?

– Иду бешиху и рожу шептать от раба Божьего (имя) рожденного, крещенного, молитвенного, причащенного. Бешиха и рожа ломовая, пухлая, нарывная, гнойная, ветровая, водяная, думанная, заданная, спаданная. Не сама я ее выговариваю. Господа Бога на помощь призываю, двенадцать ангелов и апостолов. Аминь, аминь, аминь». Читать надо 9 раз, крестить и обводить больное место. И напоследок больному нужно провести такой обряд. Целитель в воду бросает щепотку соли, сжигает три спички, которыми крестит воду со словами: «Во имя Отца, и Сына, и Святого духа. Аминь. Аминь. Аминь». Сгоревшие спички бросаете в воду. Заговор читается 12 раз. Слова нужно выдыхать прямо в воду. Сама спала от рожи несколько мужчин и женщин из своей деревни. Еще и из других приезжали. Но теперь стара стала, лечить уже не могу. Духу не хватает читать эти заговоры...

Бабка Меланья, Нижегородская обл.

НАС ПОМНЯТ ТЕ, КТО ДАВНО УШЁЛ

Накануне Пасхи мы с женой отправились на кладбище, чтобы привести в порядок могилы родителей. Было тихо, безветренно и многолюдно. Когда уборка подходила к концу, я присел на лавочку покурить. Жена все еще прибиралась за оградкой. И вдруг сверху появились два голубя. Один уселся на памятник отца, другой – на мамину могилку. Я даже подумал: может, мне это мерещится? Но нет, одна птица была абсолютно черной, а другая – с оранжево-красными перышками, в общем, странная парочка немыслимых расцветок. Шепотом я позвал супругу и подал ей руками знак, чтобы не делала резких движений. Жена распрямила спину, увидела голубей, охнула, и из ее глаз потекли слезы. Она, всхлипывая, стала почему-то рассказывать птицам о нашей жизни, о дочках и внучках, как будто общалась с живыми свекрами. Я тоже забыл о сигарете – так и сидел, открыв рот от изумления. Странно: жена находилась в каком-то метре от птиц, но они совершенно ее не боялись. Смотрели на мою супругу и внимательно слушали. Когда жена закончила говорить, голуби одновременно взмыли в воздух и исчезли в небе. Удивительный день... Теперь знаю: и мы помним, и о нас помнят. Родные и близкие, все те, кто от нас давно ушел, приходят и подают нам знак из другого мира. И от этого на душе становится спокойнее.

Владимир, Липецкая обл.

Самые нелепые названия

Самые смешные и нелепые названия населенных пунктов.

На первом месте в России деревня Чуваки, в Пермском крае. На втором – село Мошонки, Калужской области. Тройку замкнула деревня Варварина Гайка под Саратовом. В десятку попали город Дно, село Добрые Пчелы, деревни Большой Смердяч, Жадины и Колбаса, а также кубанский хутор Кура-Цеце.

Для тех, кто верит

ЗОНТИК УКРОПА РАНЬШЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПОДВЕШИВАЛИ В ЛЮЛЬКУ МЛАДЕНЦА, ЧТОБЫ ЕГО ОЖИДАЛА СЧАСТЛИВАЯ СУДЬБА.

Люди и звери

● Человеческие детеныши через 12 месяцев весят втрое больше, чем при рождении.

● Щенки пуделя становятся тяжелее в 20 раз, волчата – в 60, а щенки датского дога прибавляют в весе в 100 раз!

● В конце жизни датские доги стареют со скоростью 7 лет за 1 календарный год, а мелкие собаки почти в 2 раза медленнее.

Жизнь то сладкая, то горькая...

ДУНЯ – ВЕСЕЛАЯ, ОЗОРНАЯ, УМЕЛА ПОСТОЯТЬ ЗА СЕБЯ. ОДНАЖДЫ, УБЕГАЯ ОТ ХУЛИГАНА, ВЛЕТЕЛА В ВЫСОКОГО ПАРНЯ, ОКАЗАВШЕГОСЯ НА ЕЕ ПУТИ.

Парню понравилась девчонка. Он стал выделять ее из всех школьниц. Провожал домой, ждал у подъезда, чтобы вместе идти в школу. Миша жил с бабушкой.

Быстро пролетели десять школьных лет. И вот выпускной вечер. На столах печенье, домашние пироги, лимонад. Танцы до упаду, веселье, смех, шутки. Кто-то крикнул: «Посмотрите, солнце встает!» Все высыпали во двор и разбрелись кто куда. Дуня с Мишей оказались на берегу реки. Молодые люди сели на траву и смотрели на зеркальную гладь воды. Небо заливалось румянцем. Мир перестал для них существовать...

Не поучайте людей, как им жить и что делать. И не советуйте, когда у вас не просят совета.

Дуня вернулась домой, когда солнце было уже высоко. На крыльце Миша сообщил, что пришла повестка из военкомата. Он ни о чем не просил, она ничего не обещала, но оба знали, что обязательно встретятся.

Мать заметила, какой пришла после выпускного дочь. Она не корила Дуню, все понимала. Как-то окучивали картошку. Мать собралась с духом: «Что ж ты, доченька, таишься от матери? Я тебе не враг! Ну что поделаешь... Не выдумай чего! Мы с отцом поможем. Да и Миша вроде надежный парень».

И наступил день, когда у Дуняши родились две доченьки, похожие друг на друга.

Девчушки подросли, научились ходить, говорить. А Мишка знать не знал, что стал отцом двух дочек. Он часто писал Дуне, она отвечала, но по уговору с матерью о том, что родились дочки, не сообщала.

Люди приходят и уходят из нашей жизни. Хорошо, если те, кого ты любишь, остаются рядом.

Вернулся наконец. Опустил рюкзак на ступеньку и аж присвистнул – из сеней на него выпорхнули две девчушки с криком: «Папа приехал!» Они в одно мгновение очутились у него на руках. Он вертел головой то в одну сторону, то в другую: похожи как две капли воды! А еще они были его копией. Тут из сеней показалась Дуня. Румяная, немного располневшая. Были и слезы, и смех, и ласковые упреки, и робкие оправдания.

Вышли родители, пригласили к столу. От одного вида домашней еды потекли слюнки. Миша никак не мог прийти в себя. То обнимал Дуню, то дочек. Тесть сидел на лавке и сдержанно, по-мужски радовался счастью детей.

На следующий день расписались. Пока внук был в армии, бабушка Миши умерла, ее дом стоял заколоченным. Решили на его месте построить новый. Помогала вся деревня. К зиме отметили новоселье, а через год родился Колюшка.

В тот год лето выдалось жаркое, обмелела река. Однажды девочек послали проверить, сколько воды в колодце. Первой добежала Дашутка. Перегнулась через сруб, рука соскользнула, и девочка полетела вниз. Машутка сразу не поняла, куда делась сестренка: только что была у журавля и куда-то исчезла. На крики прибежали все, кто был поблизости. Девочку быстро вытащили, растерли, укутали и уложили в постель. Она долго спала. Проснувшись, ни с кем не разговаривала. Врач сказал, что это от испуга. Такое бывает...

Ох! Какое горькое пришло время. Дашутка все понимала, часто плакала, совсем перестала смеяться. Слава Богу, полегчало ей к школе. 1 сентября в форме и белых фартуках обе сестры пошли вместе в школу.

P. S. Время пролетело быстро. Маша стала учительницей, а Даша выучилась шить и шила всем, кто что закажет. Сестры выросли красивыми и с добрым нравом.

СУПЕР!

Рецепты от читателей

ЖАРЕНАЯ КУРИЦА НЕ ПОЛУЧИТСЯ СУХОЙ

Перед тем как запекать ее в духовке, распределите под кожей кусочки сливочного масла. Для аромата в масло можно положить специи по вкусу.

А. Горбунова, Новгород

ВКУСНАЯ ПЕРЛОВКА

Отварная перловка не приобретет неприятный синеватый цвет, если воду, в которой она варится, после закипания сразу слить. Снова залить крупу горячей, слегка подсоленной водой и добавить немного сливочного масла.

Д. Черкасова, Астраханская обл.

СЕКРЕТ СКОВОРОДЫ

Не кладите на сковороду сразу много мяса. Большое количество продуктов охлаждает ее. Пока сковорода нагревается, мясо пускает сок, становится жестким. Оно будет не жариться, а томиться.

Л. Щеглова, Сочи

КАПУСТА НЕ СКИСНЕТ

Перекладывая квашеную капусту из бочки в стеклянные банки, налейте сверху на 2 пальца над поверхностью капусты растительное масло. Так же храните и купленную квашеную капусту. Она простоит дольше.

Н. Ленева, Тула

ЭВКАЛИПТ ТЕЛО БОДРИТ

Привязала веточку эвкалипта к душу в ванной. Когда включаю горячую воду, ванная наполняется паром с оздоравливающим и бодрящим ароматом.

Е. Горюнова, Самара

ЕСЛИ ПЕРЧАТКИ МАЛЫ

Кожаные перчатки оказались маловаты? Заверните их в мокрое полотенце. Через 2-3 часа наденьте и досушите на руках.

Е. Ерохина, Кировская обл.

У ВАС КОЛЮЧИЙ СВИТЕР?

Если свитер из овечьей шерсти колется, обработайте его бальзамом для волос и хорошо сполосните.

Т. Бубнова, Саратов

ЧТОБЫ ТЕПЛЫЕ ВЕЩИ ИЗ АНГОРЫ НЕ СВАЛИВАЛИСЬ, ПОЛОЩИТЕ ИХ В ВОДЕ С ГЛИЦЕРИНОМ: 1 ЧАЙН. ЛОЖКА НА 7 Л ВОДЫ.

У каждой хозяйки свой рецепт засолки сала. Мы хотим предложить несколько рецептов. Вдруг какой-то из них вам тоже понравится.

Сало мягкое, деревенское

ПРОЩЕ НЕ БЫВАЕТ!

Сало порежьте на куски размером с кулак. Чеснок очистите из расчета 1 зубчик чеснока на 1 кусок сала и порежьте колечками. Смешайте хмели-сунели, черный перец, молотые семена укропа или любые другие, которые вам нравятся. На дно эмалированной кастрюли насыпьте немного приправ, перца и чеснока. Каждый кусок сала натрите пригоршней крупной соли над кастрюлей. После этого уложите в кастрюлю кожей вниз, пересыпая все специями и чесноком. Соли не жалейте! Сало немного утрамбуйте, накройте крышкой меньшего диаметра или тарелкой, сверху поставьте небольшой гнет (например, 3-литровую банку) – и в теплое место на 3-4 дня. Затем заверните каждый кусок сала в хлопчатобумажную салфетку и положите в морозильник. Как только замерзнет, можно наслаждаться.

СО СПЕЦИЯМИ

Этим способом можно солить как мягкое сало, так и жесткое. Сало разрежьте на куски размером с ладонь или чуть меньше. Ножом проткните в них углубления и заложите в них кусочки чеснока (по вкусу). Затем проткните дырочки поменьше и заложите в них горошины перца. Каждый кусочек сала обваляйте в смеси любимых специй и хорошо вотрите в сало. Куски плотно уложите в глубокую эмалированную кастрюлю. Приготовьте очень крутой рассол, не жалея соли. Сало возьмет соли ровно столько, сколько ему нужно. Добавьте в рассол лавровый лист и те же специи по вкусу, доведите до кипения и снимите с огня. Рассол остудите и теплым залейте сало. Когда содержимое кастрюли остынет, уберите ее в холодильник. Через неделю сало будет готово. Выньте его из рассола, обсушите, заверните в кальку или пергаментную бумагу и поместите в морозильник. Через сутки можно подавать к столу.

Чтобы сало приносило пользу, нужно есть его в первой половине дня. Тогда полученные жиры не отложатся на боках.

ПИКАНТНОЕ

В куске сала сделайте надрезы до шкурки, круто посолите солью крупного помола, сложите в широкую миску, сверху положите гнет (широкую миску или кастрюлю с водой) и оставьте на сутки. Переложите сало в кастрюлю, залейте водой на 1-2 пальца выше сала, добавьте пряности по вкусу, лавровый лист и побольше луковой шелухи и варите все это в течение часа. Остудите. Сало выньте, натрите давленым чесноком, красным и черным перцем, заверните в фольгу и положите в морозильник. Через сутки сало готово.

ГРУДИНКА В ЛУКОВОЙ ШЕЛУХЕ

1-1,5 кг грудинки, 1 небольшая головка чеснока. Для рассола: 1 л воды, 1/2 стакана соли крупного помола, 1 горсть луковой шелухи (с 5-7 луковиц), 3 лавровых листа, 15 горошин черного перца.

Специи вместе с солью и луковой шелухой положите в кастрюлю, залейте водой, доведите до кипения и положите сало так, чтобы оно было покрыто рассолом, кипятите 10 минут. Кастрюлю снимите с огня и оставьте в рассоле на сутки. После того как рассол остынет, кастрюлю поставьте в холодильник. Сало выньте из рассола и дайте ему полежать 15 минут, чтобы стек лишний рассол. Чеснок выдавите через пресс и обмажьте им сало и уберите в холодильник на сутки. Затем переложите в морозилку.

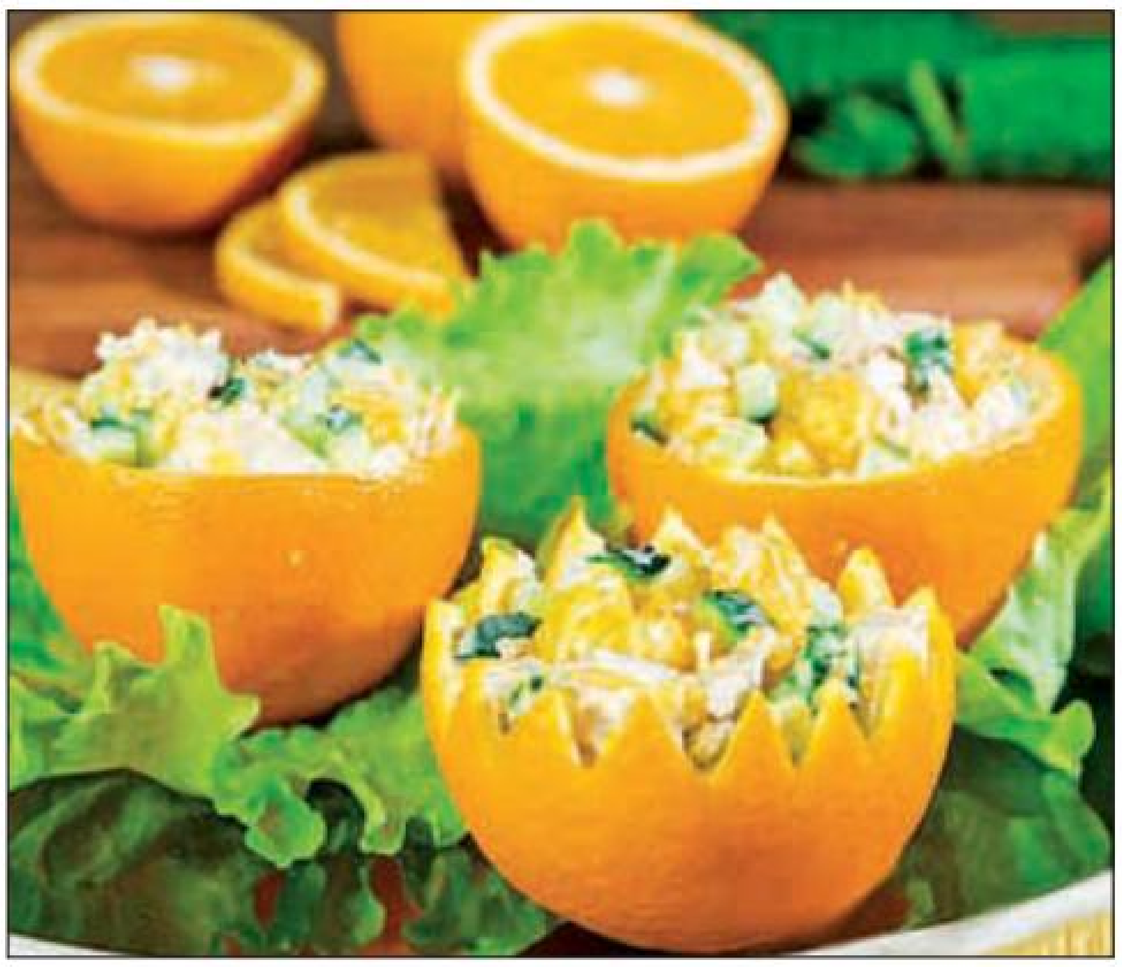
Горшочки с говядиной и овощами

На 4 горшочка: 500 г говядины, 1 кг картофеля, 3 луковицы, 2 моркови, 200 г шампиньонов, 200 г сала, 4 чайн. ложки сливочного масла, 1 стакан кефира, 1 яйцо, 100 г маргарина, по 1/2 чайн. ложки соды и сахара, мука, зелень, 1 л воды, соль и перец.

Мясо, сало, лук и картофель нарежьте кубиками, грибы – пластинками. Морковь натрите на мелкой терке. В горшочки уложите слоями: говядину, сало, перчите. Затем лук, морковь, грибы и картофель. Сверху по 1 чайн. ложке сливочного масла и зелень. Соль растворите в воде и залейте горшочки. Для теста смешайте кефир, яйцо, маргарин, соль, сахар, соду, муку и замесите плотное тесто. Разделите его на 4 части, раскатайте, накройте горшочки, края залепите. Запекайте в духовке при 200°С 1-1,5 часа. Подавайте со сметаной.

О. В. Науменко, Воркута

Салат с брокколи «Оранжевая осень»



250 г куриного филе, 2 апельсина, 1 свежий огурец, брокколи, 50 г майонеза, соль по вкусу.

Куриное филе отварите, остудите. Брокколи разберите на соцветия, отдельно отрежьте черешки. В кипящую подсоленную воду сначала опустите черешки и проварите 4 минуты, затем опустите соцветия и варите еще 2 минуты. Капусту выньте из воды и остудите. Огурцы и куриное филе нарежьте кубиками. Апельсин разрежьте пополам, выньте мякоть и нарежьте ее кубиками. Часть брокколи и черешки мелко нарежьте. Все нарезанные продукты сложите в чашку, посолите, добавьте майонез, перемешайте. Полученной смесью нафаршируйте подготовленные апельсины. При подаче украсьте брокколи и зеленью.

Т. С. Федорова, Уфа

Печенье «Яблочко» с корицей

1 яблоко, 1 стакан муки, 1/2 стакана сахара, 1 яйцо, 50 г сливочного масла, 1 чайн. ложка разрыхлителя, ванильный сахар (по желанию), 1/2 чайн. ложки корицы, щепотка соли.

Духовку нагрейте до 180°С. Пока она греется, взбейте размягченное сливочное масло с сахаром, добавьте яйцо. Взбивайте до пышной массы. Затем добавьте просеянную муку с разрыхлителем, корицей и ванильным сахаром. Яблоко очистите, нарежьте мелкими кубиками и подмешайте к мучной массе. Противень смажьте растительным маслом и ложечкой выложите тесто. Отправьте в духовку на 10-15 минут. Печенье должно схватиться, но остаться мягким. Получается ароматное, нежное печенье.

О. М. Силина, Псковская обл.

Для тех, у кого цистит

Котлеты «Пожарские» со сливочным маслом

Курица, 5-6 кусков хлеба, 1/2 стакана молока, 3-4 яйца, 100 г сливочного масла, стакан панировочных сухарей, соль, перец. Для соуса: 2-3 моркови, 1 репа, 1/2 стакана зеленого горошка, 1,5 стакана молока, 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка сливочного масла.

Куриное мясо пропустите через мясорубку, добавьте размоченный в молоке хлеб, половину сливочного масла, соль, перец. Перемешайте. Сформуйте котлеты, обваляйте их в яйце, сухарях и обжарьте на масле. На масле обжарьте 2 ст. ложки муки и разведите ее в 1/2 стакана молока. Нарезанные овощи залейте молоком, добавьте масло, посолите и тушите до готовности. Влейте соус и закипятите.

В. С. Смирнова, Тверь

Гурьевская каша с фруктами

По 1/2 стакана манной крупы и измельченных грецких орехов, 10 вяленых абрикосов, немного изюма, 2 стакана молока, по 2 ст. ложки сахара и сливочного масла, 1 яйцо, соль.

В кипящее молоко добавьте соль, всыпьте манку и варите 10 минут. Охладите. Добавьте растертые с сахаром желтки и взбитые в пену белки и обжаренные на сливочном масле грецкие орехи, перемешайте. Налейте в кастрюлю молоко и поставьте в разогретую духовку. Образующуюся пенку периодически снимайте. В смазанную маслом сковороду выложите слой каши. Сверху измельченные абрикосы. Накройте их молочными пенками, затем вновь уложите слой каши. Поместите в духовку и запекайте до золотистой корочки. Перед подачей посыпьте изюмом.

Г. К. Абрамова, Омск

Ароматный пирог с айвой

400 г муки, по 200 г сливочного масла и кефира, соль, сода на кончике ножа. Для начинки: 2-3 айвы, 1 ст. ложка сливочного масла, сок половины лимона, соль и сахар по вкусу.

Масло разотрите добела, влейте кефир, добавьте соду, соль, перемешайте. Аккуратно всыпьте муку, замесите тесто и оставьте на 20 минут. Для начинки: айву пропустите через мясорубку и потушите на сливочном масле с солью и сахаром, пока жидкость не выпарится. Тесто разделите на 2 части. Одну раскатайте по размеру формы и наколите вилкой. Сверху равномерно распределите начинку. Накройте второй частью теста, края защипните. Затем смажьте пирог желтком и выпекайте в разогретой до 180-200°С духовке до готовности.

Т. А. Савельева, Астраханская обл.

ШЕВЕЛЬНИ ИЗВИЛИНОЙ

							Имя Марадоны	Жбан из шкуры		Накидка невесты		Носовая фигура судна		Избирательный…
Глюкоза или крахмал		Брат березки		Сумчатый «ежик»	Песни финнов		Махаон, капустница							
				Полевое укрепление						Медицинский алкоголь		Сорт яблок		Широкое низкое ведро
Спор на выигрыш		Он познается в беде					Расширение у перчатки							
	Тыльная часть тела	Спутница Диониса		Ветер-северянин					Злата столица					
						Пират, зарывший клад	Писатель… Семенов						Бесплатный проезд	
	Родной дом		Тысяча килограммов		Передний нижний парус				Инжир на иной лад		Вечнозеленая красавица			
							Количество взрывчатки	И уголовная, и газетная						
	Обозначенная стоимость		Северное созвездие		Виноград в кексе					Лепнина с листьями		Боеприпас самолета		Ткань на пяльцах
Степь в Африке								Подберезовик в народе						
Родина футбола		Диск на одну песню		Осенний месяц						…протеста				
						Подросток в старину		Сумка фотографа						
Кровосос в матрасе		Водяной воробей		Собачье жилище						Бумага для стенгазет	Зубчики против вампира		Сверло для бутылки	
				Изречение на гербе		Сочный плод	Прихожая в театре		Отдача пушки	Сосуд терпения				
Фиксатор перелома	Шахматная фигура						Высушенный абрикос					Хрусталь под икебану		От рассвета до заката
					Стадо на перегоне					Потолок полукругом				
	Кофе с мороженым		Томный у девицы					Бутерброд-малютка						
					Прибрежный бархан					Газ, рожденный грозой				
	Комнаты во дворце		Рожь или овес					Станочник на заводе						

Забавные факты

● С 1644 года и по сей день в Великобритании существует закон, ограничивающий употребление сладких пирожков на Рождество. Назначение – борьба с чревоугодием как с одним из библейских грехов.

● В Шотландии закон обязывает впустить в дом человека, который просится в туалет.

● В Лондоне действует ограничение, по которому не допускается избивать жену после девяти вечера. Предписание направлено на защиту покоя соседей, которых могут потревожить крики избиваемой.

Олень рухнул с утёса, а за ним нарты с чукчей...

Давно это было. Служил на одной подводной лодке капитан. И славился он на всю округу своей любовью к охоте.

Даже в автономное плавание капитан брал с собой любимую винтовку «Сайга». Стоило ему увидеть с капитанского мостика какую-нибудь дичь, он тут же давал приказ: «Винтовку сюда, да побыстрее!» По слухам, папа у этого капитана в Сибири белок стрелял шибко грамотно. Вот сынишка и увлекся стрельбой. Стоит заметить, что капитан действительно хорошо стрелял!

Так вот, в один прекрасный день всплыли они неподалеку от родного, северного берега нашей родины. Кругом скалы да мороз. И увидел зоркий капитан на вершине утеса оленя! Красивого такого, гордого северного оленя. Принесли капитану винтовку, он старательно прицелился, а расстояние, прямо сказать, было нешуточное. Весь свободный от вахты экипаж собрался на палубе, чтобы оценить меткость капитана. Вскоре прозвучал выстрел!.. Олень как подкошенный рухнул с утеса прямо в море... А за ним следом полетели нарты с чукчей... Все на секунду замерли. А капитан скомандовал: «Срочное погружение!!!»

Владислав, Архангельск

Из писем читателей — Ёшкин кот!

От размера попы счастье не зависит

Сколько себя помню, я все время худела. Днем жрала запаренную гречку и яблоки килограммами, а вечером после жареной картошечки делала клизму и... плакала, потому что не худела.

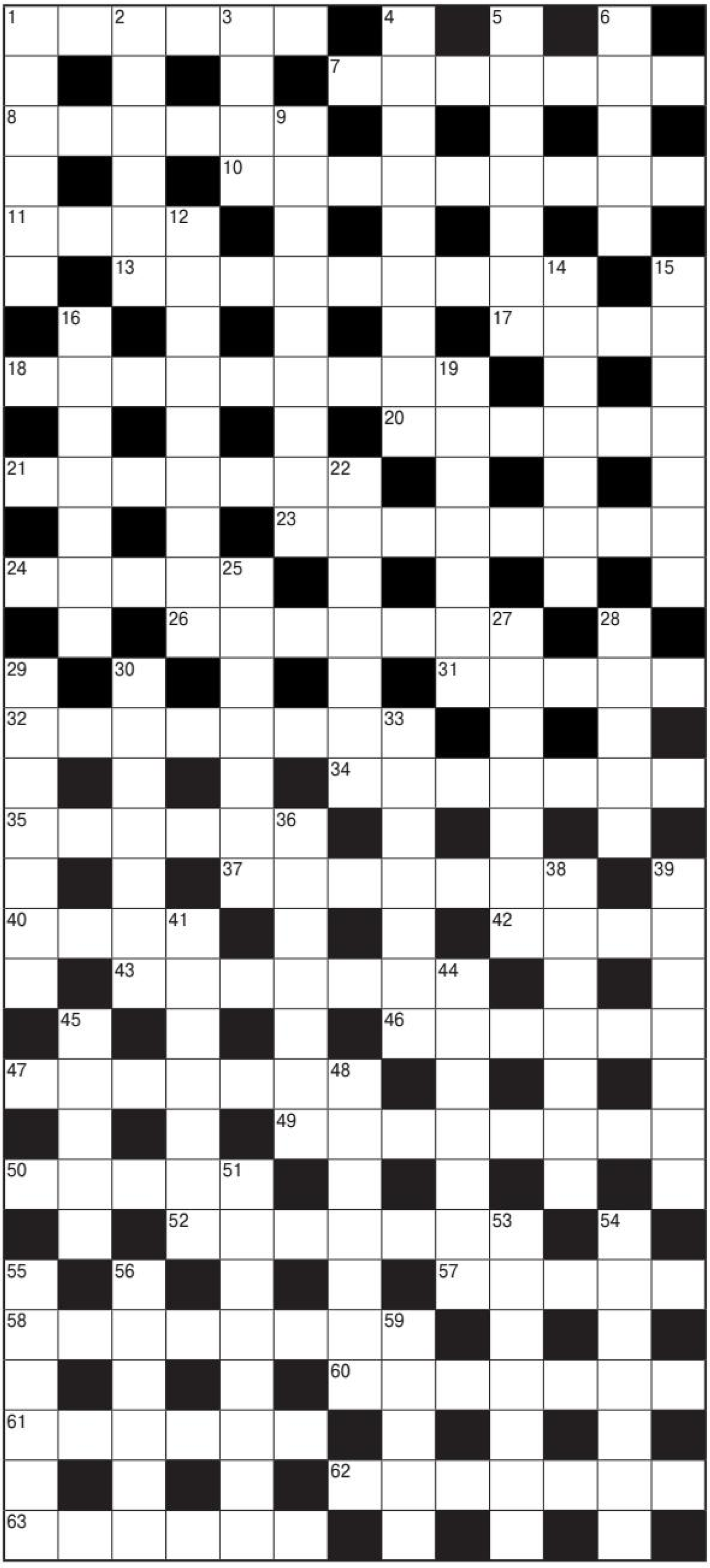
Моя подруга Ирочка, пожалев меня, подсунула коробку чая под названием «Летящая ласточка». На коробке черным по белому было написано, что нужно заварить один пакетик чая и пить во время ужина. Но ведь жадность – мое второе имя. Поэтому я залила кипятком все 10 пакетиков.

Ту ночь я, рыдая, провела на унитазе. Но все же похудела аж на три килограмма! Потом были разные таблетки, от которых я мучилась то от диареи, то от запоров, меня то тошнило, то не тошнило... И я снова плакала от безысходности. Однажды в магазине я наткнулась на большую оранжевую банку с надписью «Термомаска для сжигания жира». Намазала попу, ляжки, обернулась пищевой пленкой, сверху натянула теплые штаны и вышла на пробежку. Бежала легкой трусцой. Жирам было хорошо и тепло. Но длилось это блаженство всего минут пять. Потому что на десятой минуте я почувствовала себя скаковой лошадью, которой намазали скипидаром под хвостом. Я с воплями поскакала домой, побив все рекорды мира в марафонской дистанции. Тогда я тоже похудела, но, думаю, что скорее от нервного марафона, чем от мази.

Потом в моей жизни появился обруч с пластиковыми шипами. Обруч тряс мои жиры по полтора часа в день, хотя в магазине сказали, что 15 минут будет достаточно. Живот стал багрово-лилового цвета, а килограммы остались на месте.

Прошли годы. Я повзрослела, вроде даже поумнела, как мне казалось. Но потом снова взялась за старое. Намечалась свадьба сестры. Решив, что неплохо было бы избавиться от пары килограммов, я купила таблетки для похудения. Вечером, сожрав 10 пилюль вместо одной, я отправилась в магазин за продуктами. Прямо на кассе почувствовала, что грядет апокалипсис. Рыча и вращая глазами, схватив продукты, выскочила на улицу и, крепко сжимая булки и молясь всем богам на свете, побежала к дому. Никогда я так быстро не бегала с огромными пакетами. Что это?.. Больная голова, слабоумие?.. Куча комплексов и заниженная самооценка?.. Короче говоря, теперь я гуру похудения, потому что перепробовала почти все способы. И у меня есть любые рецепты. Кроме одного – рецепта счастья. Только счастливому человеку не важен размер его попы...

Анна, Москва



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: **1.**Область творчества для композитора. **7.**Технарь с вузовским дипломом. **8.**Монстр с аленьким цветочком. **10.**Гормон, связанный с эмоциями. **11.**Лестница на службе у авиаторов. **13.**Строитель, что всегда на высоте. **17.**Мечта бездомного. **18.**Разница в осадке носа и кормы судна. **20.**Русский пляс с прихлопом и притопом. **21.**Шофер, берущий по счетчику. **23.**Головоломка от шведов. **24.**Тушеная фасоль для грузина. **26.**Последователь первобытной религии. **31.**Шар из капустных листьев. **32.**Тося Кислицина в кинокомедии «Девчата» по роду занятий. **34.**Средство спасения автожелеза. **35.**Объем потока данных. **37.** Крыловский ансамбль. **40.**Крылатый символ бога Тота у древних египтян. **42.**Цельная корова на схеме разделки. **43.**Мелкий доносчик. **46.**Долбежный инструмент плотника. **47.**Завсегдатай в храме Мельпомены. **49.**Вертушка на проходной. **50.**Особь в коралловой колонии. **52.**Древнеримское войско, составляющее десятую часть легиона. **57.**Полосатик с астраханской бахчи. **58.**Безосколочное стекло. **60.**Состояние, в которое фантасты погружают своих героев при длительных космических перелетах. **61.**Самая съедаемая косметика. **62.**Спортивное амплуа Эрнеста Хемингуэя. **63.**Исправление дефектов фотографии.

ПО ВЕРТИКАЛИ: **1.**Место службы муллы. **2.**Дюжина «знаковых» созвездий. **3.**Листва, крона дерева. **4.**Вторгшийся на чужую территорию. **5.**Врачеватель «болезней» автомобиля. **6.**Газ для наполнения воздушных шаров. **9.**Партиец из Думы. **12.**Ее менял Иван Васильевич. **14.** Инертный газ. **15.**Плод, похожий на грушу. **16.**Копьеносец на корриде. **19.**Ремешок для увязки солдатской скатки. **22.**Сообщница поварихи и сватьи бабы Бабарихи. **25.**Шаловливый ребенок. **27.** Организация солдатских матерей. **28.** Металлургическое предприятие. **29.**Джульетта для планеты Уран. **30.**Воздушные силы страны. **33.**Робот, внешне напоминающий человека. **36.**Черный на полотне Казимира Малевича. **38.**Молодежное сборище. **39.**Характеристика заливной рыбы, приготовленной Надей Шевелевой. **41.** Реализатор краденого. **44.**Сектор коммуналки. **45.**Пора легитимной охоты и рыбалки. **48.**Шаровидный купол церкви. **51.**Младшенький у матери-героини. **53.**Ученый, знаток бедуинов. **54.**Разновидность джемпера. **55.**Спираль в исполнении аса. **56.**Bi в таблице Менделеева. **59.**«Приемная» дочка, супруга сыночка.

Составила Елена Короткова

АЙБОЛИТ. ПИСЬМА
№24 2018

Корица согреет ваше озябшее сердце...

ОВЕН Чувство юмора и обаяние помогут выйти с честью из любой ситуации. Вы без труда уладите назревающий конфликт, так как умеете находить индивидуальный подход к каждому. Может, ваше призвание помогать другим людям? А вот с физическими нагрузками лучше повременить.

ТЕЛЕЦ Многое будет зависеть от настроения. Ищите плюсы во всем, что происходит. Если возникнут разногласия с домочадцами или соседями, не горячитесь – берегите нервы. Здоровье не всегда зависит от медицины. В основном это результат душевного спокойствия, мира в сердце и душе.

БЛИЗНЕЦЫ Даже если вы по жизни оптимист, с наступлением холодов и дождей есть вероятность впасть в хандру. Да, лето осталось в прошлом, но и холода не повод поддаваться унынию. Достаньте теплый плед, заварите вкусный чай и включите веселый фильм. После просмотра хорошей комедии от хандры и следа не останется.

РАК То, что казалось скучным, вдруг вызовет интерес, а в, казалось бы, бесперспективном деле неожиданно откроются многообещающие подробности. Главное – не судить обо всем поверхностно и копать глубже. Благодаря интуиции будни окажутся насыщенными, а вот в выходные стоит сбавить темп.

ЛЕВ Ждать чего-то необычного не стоит. Жизнь будет течь привычно и размеренно. Позже вы поймете, что лучше спокойная атмосфера, чем неожиданные события. Как знать, куда они заведут? Сосредоточьтесь на домашних хлопотах. Пообщайтесь с родственниками и детьми и отдохните в семейном кругу.

ДЕВА Сделать зиму яркой можно с помощью гардероба. Интуитивно все выбирают неприметные вещи – серые или черные. А вы сделайте выбор в пользу сочных и жизнерадостных цветов. Иногда достаточно одного акцента – яркой обуви, необычного галстука или шарфа цвета «вырви глаз», – чтобы настроение резко улучшилось.

Выбирайте достойное, а не доступное. И вы получите долговечное счастье, а не временное удовольствие.

ВЕСЫ Не нужно четко планировать свою жизнь. Сценарий вам не пригодится, а вот бдительность нужна во всем. И хотя алкоголь – идея так себе, бокал глинтвейна не повредит. Красное вино полезно для здоровья, а цитрусовые, корица и кардамон согреют ваше озябшее сердце.

СКОРПИОН Кто сказал, что депрессия наступает осенью? Она может нагрянуть в любое время года, если вы сами опустите руки и будете мысленно купаться в проблемах. Ароматерапия – отличный способ побороть хандру. Эфирные масла цитрусовых способны победить вирусы, что уж говорить о дурном настроении.

СТРЕЛЕЦ Перемены к лучшему придут только к человеку с добрым сердцем. Будьте обаятельны, радушны и отзывчивы. И тогда добро притянет добро. Меняйте свою жизнь, как сами хотите. А еще зима – отличное время для того, чтобы творить. Займитесь рисованием или сочинительством. Главное – выплеснуть эмоции.

КОЗЕРОГ Захочется тишины и спокойствия. Послушайте внутренний голос и не ввязывайтесь ни в какие интриги. Чтобы не попасть в неприятности, постарайтесь ограничить общение с людьми, которым не доверяете. Если с кем-то в ссоре, помиритесь.

ВОДОЛЕЙ Исчезнет то, что вас давно мучило и раздражало. Завершится период страданий и потерь. У больных это знак к выздоровлению. Вы выстоите перед всеми ударами судьбы. Сейчас самое время расправить крылья и лететь навстречу счастью. Ваш талисман – любой красивый предмет округлой формы.

РЫБЫ Предстоят хлопоты и волнения, дальняя дорога и встречи с незнакомцами. Беды не ждите, но и покоя не будет. То, что вы заслужили, нужно заслужить еще раз, и тогда оно окончательно станет вашим. И не бойтесь поставить на место тех, кто вздумает прокатиться на вашей шее.

В следующем номере:

Актуально

Какой чай согреет в холодный вечер

Здравствуйте!

От низкого давления – сладкая водичка

Проверено на себе

Можно ли прожить без сладкого? Если да, то как?

Лекарство от природы

Домашний кактус победит псориаз

Сам себе доктор

Как приготовить мазь из чабреца

Деликатная тема

Простатит у мужа. Чего ждать жене

Анекдоты

Пьяный в дрова мужик приползает домой с гулянки. Жена встречает его с веником в руках. Мужик падает на колени и навзрыд:

— Люся, не улетай! Это было в последний раз!

* * *

Один парень рассказывает своему товарищу:

— А я своего кота кастрировал, чтоб по ночам не гулял. А он все равно уходит.

— Зачем?

— Наверное, в качестве консультанта.

* * *

— Здесь купаться запрещено, — говорит полицейский женщине, которая собирается войти в воду.

— Почему же вы не сказали об этом мне, когда я раздевалась?

— Раздеваться здесь не запрещается.

* * *

Родители хотели, чтобы из меня вышел толк. Толк вышел. Бестолочь осталась.

Айболит письма

Уважаемые читатели! Подписаться на газету «Айболит. Письма» вы можете по любому из каталогов

Подписные издания

Официальный каталог Почты России

Каталог «Почты России» «Подписные издания»

подписной индекс **П3422**

ГАЗЕТЫ ЖУРНАЛЫ

Агентство «РОСПЕЧАТЬ»

Каталог Агентства «Роспечать» «Газеты. Журналы»

подписной индекс **19201**

Ждём писем!

ЕСЛИ У ВАС ЕСТЬ РЕЦЕПТЫ НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЫ, КОТОРЫЕ ПОМОГЛИ ВАМ И ВАШИМ БЛИЗКИМ СПРАВИТЬСЯ С БОЛЕЗНЬЮ, ПРИШЛИТЕ ИХ В РЕДАКЦИЮ. ПИШИТЕ, ВАШИ ПИСЬМА НУЖНЫ ЛЮДЯМ! ВОЗМОЖНО, ЭТО ЕДИНСТВЕННЫЙ СПОСОБ СПАСТИ ЧЬЮ-ТО ЖИЗНЬ.

ОТВЕТЫ НА ЗАДАНИЯ ИЗ ЭТОГО НОМЕРА

СТР. 27

У	Г	Л	Е	В	О	Д	■	■	Ф	■	Р	■	О	■
■	Р	■	Х	■	■	И	■	Б	А	Б	О	Ч	К	А
П	А	Р	И	■	Р	Е	Д	У	Т	■	С	■	Р	■
■	Б	■	Д	Р	У	Г	■	Р	А	С	Т	Р	У	Б
С	■	■	Н	■	Н	О	Р	Д	■	П	Р	А	Г	А
П	Е	Н	А	Т	Ы	■	■	Ю	Л	И	А	Н	■	Д
И	■	И	■	О	■	Ф	О	К	■	Р	■	Е	Л	Ь
Н	О	М	И	Н	А	Л	■	■	С	Т	А	Т	Ь	Я
А	■	Ф	■	Н	■	И	З	Ю	М	■	К	■	Г	■
■	С	А	В	А	Н	Н	А	■	О	Б	А	Б	О	К
■	И	■	О	■	О	Т	Р	О	К	■	Н	О	Т	А
А	Н	Г	Л	И	Я	■	Я	■	В	А	Т	М	А	Н
■	Г	■	О	■	Б	У	Д	К	А	■	■	Б	■	В
К	Л	О	П	■	Р	■	■	О	■	■	Ч	А	Ш	А
■	■	Л	А	Д	Ь	Я	■	Ф	О	Й	Е	■	Т	■
Г	Л	Я	С	Е	■	Г	У	Р	Т	■	С	В	О	Д
И	■	П	■	В	З	О	Р	■	К	А	Н	А	П	Е
П	О	К	О	И	■	Д	Ю	Н	А	■	О	З	О	Н
С	■	А	■	З	Л	А	К	■	Т	О	К	А	Р	Ь

СТР. 29

По горизонтали: 1.Музыка. 7.Инженер. 8.Чудище. 10.Адреналин. 11.Трап. 13.Крановщик. 17.Кров. 18.Дифферент. 20.Трепак. 21.Таксист. 23.Сканворд. 24.Лобио. 26.Язычник. 31.Кочан. 32.Повариха. 34.«Антикор». 35. Трафик. 37.Квартет. 40.Ибис. 42.Туша. 43.Ябедник. 46.Долото. 47.Театрал. 49.Турникет. 50.Полип. 52.Когорта. 57.Арбуз. 58. Триплекс. 60.Анабиоз. 61.Помада. 62.Яхтсмен. 63.Ретушь.

По вертикали: 1.Мечеть. 2. Зодиак. 3.Куща. 4.Интервент. 5.Механик. 6.Гелий. 9.Единоросс. 12.Профессия. 14.Криптон. 15.Авокадо. 16.Пикадор. 19.Тренчик. 22.Ткачиха. 25.Озорник. 27. Комитет. 28.Завод. 29.Спутник. 30.Авиация. 33.Андроид. 36.Квадрат. 38.Тусовка. 39.Гадость. 41.Сбытчик. 44.Комната. 45.Сезон. 48.Луковка. 51.Последыш. 53. Арабист. 54.Пуловер. 55.Штопор. 56.Висмут. 59.Сноха.

Анекдоты

— А я со своей девушкой встречаюсь из жалости.

— Она некрасивая?

— Нет, просто мне жалко денег, уже потраченных на нее.

* * *

— Так, смотрим вашу анкету... Пять лет официально не работали. Ждали выгодных предложений. И что, так предложений и не поступило?

— Да море предложений было!

— Прямо уж и море?! Ну, например, назовите хоть одно!

— Вася, пойдем похмелимся!

* * *

Звонок в дверь. Открываю, а там красавец-мужчина с голубыми глазами! С тортом, шампанским, цветами и пакетом фруктов.

Оказалось, адресом ошибся, сволочь такая!

* * *

— Папа, а что такое опера?

— Ну как тебе объяснить, сынок... Это когда один человек убивает другого на глазах у целого зала, а тот, перед тем, как умереть, долго и громко поет.

* * *

— Милый, что тебе приготовить на завтрак? Есть йогурт, обезжиренный творог, мюсли с молоком.

— Давай йогурт, мюсли, творог. И что-нибудь поесть.

* * *

Встречаются два приятеля.

Один говорит.

— А у меня жена родила!

— Поздравляю! Кого?

— Близнецов.

— А на кого больше похожи?

— Друг на друга...

* * *

Думай о тех, кто будет носить тебя на руках...

Не жри на ночь!

* * *

После знакомства с женихом своей дочки Циля Моисеевна долго не могла уснуть. Вроде еще не зять, а уже такая сволочь!

* * *

— Какой у вас любимый сок?

— Желудочный. Жить без него не могу.

* * *

Бабушка, глядя на свадебный кортеж:

— Ну вот, еще одну повезли посуду мыть...

* * *

Гаишник останавливает машину.

За рулем блондинка.

— Девушка, вы что, знаков не видите?! Здесь можно только в одну сторону ехать!

Блондинка, удивленно:

— А я что, в две стороны ехала?

* * *

Жена — мужу:

— Дорогой, а золото ржавеет?

— Нет. А в чем, собственно, проблема?

— Я тут сережки разглядываю, которые ты мне подарил на день рождения...

— Да, милая, есть такие виды золота, которые немножко ржавеют.

* * *

Два одессита пошли в гости. Подходят к двери, и один стучит ногой.

— Сема, но почему ты стучишь ногой?

— Пусть думают, что у нас руки заняты подарками.